

EBOOK

**SAIBA COMO OBTER
RESULTADOS
EXTRAORDINÁRIOS
COM A SUA SIPAT**



DIREITOS AUTORAIS

Este material está protegido por leis de direitos autorais. Todos os direitos sobre a obra são reservados.

Não é permitido vender, distribuir gratuitamente, ou mesmo copiar ou reproduzir, integral ou parcialmente, o conteúdo deste ebook, seja em treinamentos, palestras, sites, blogs, jornais ou quaisquer outros veículos de distribuição em mídias.

Qualquer tipo de violação dos direitos autorais estará sujeita a ações legais.

Agradecemos a compreensão.

Tenha uma boa leitura!

Autores:

Andreia Gonçalves e Mauricio Bisioli

Alternativa Qualidade em Saúde



VOCÊ SABE O QUE É SIPAT?

A sigla **SIPAT** significa **Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho**.

É uma semana onde são realizados eventos voltados para prevenção de acidentes, doenças ocupacionais e qualidade de vida do trabalhador.

A **Legislação da SIPAT** está prevista na Portaria nº 3.214, NR-5, item 5.16 “Atribuições da CIPA – letra O: “promover, anualmente, em conjunto com o SESMT, onde houver, a Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho – SIPAT”.



LEGISLAÇÃO DA SIPAT - ORIGEM E BASE LEGAL

Já na década de 1970, com o grande crescimento econômico da indústria nacional e da construção civil, os índices de acidentes de trabalho se tornaram muito altos, chamando a atenção das autoridades de dentro e de fora do Brasil.

Assim, em 1971, através do Decreto 68.255, foi instituída em caráter permanente, a Campanha Nacional de Prevenção de Acidentes de Trabalho (CANPAT), cuja finalidade é divulgar conhecimentos técnicos e ministrar ensinamentos práticos de prevenção de acidentes, de segurança, higiene e medicina do trabalho.

Pela Portaria 3.233, do mesmo ano de 1971, foi finalmente instituída a Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho – SIPAT, organizada

regionalmente pelas Delegacias Regionais do Trabalho (DRT) no mês de maio.

Com a publicação da Portaria 3.214, em 1978, veio a Norma Regulamentadora – NR 5, que dispõe sobre a atuação da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA) nas empresas, descrevendo entre suas atribuições a organização e realização da SIPAT anualmente em seu local de trabalho.



OBJETIVOS DA SIPAT

Através de diversos tipos de atividades propostas durante a semana, a SIPAT tem como objetivos principais conscientizar os colaboradores sobre:

- **Prevenção de acidentes**
- **Foco na segurança durante o trabalho e trajeto**
- **Qualidade de vida, saúde e bem estar**

É importante que com as atividades propostas, os colaboradores tenham a consciência dos seguintes aspectos:

- **A segurança é um dever de todos independente do cargo que ocupam**
- **A segurança só acontece quando todos trabalham juntos**

- **A importância da prática da segurança em qualquer situação, de modo a preservar o seu maior patrimônio: SUA VIDA!**



PLANEJANDO A SUA SIPAT

Para que os objetivos da SIPAT sejam atendidos, é necessária muita responsabilidade e uma enorme organização e comprometimento dos membros da CIPA. Lembrando que a SIPAT não precisa ser cara, mas precisa ser bem planejada. Sem planejamento as chances de sucesso serão mínimas.

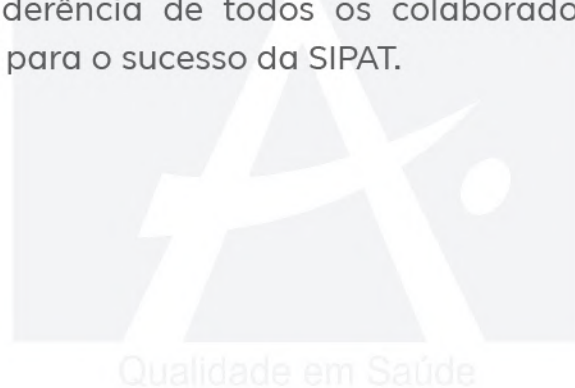
É fundamental definir e apresentar temas que vão de encontro aos objetivos da SIPAT e à realidade da empresa de forma clara, atrativa e lúdica, com o propósito de demonstrar as situações de riscos no trabalho e trajeto, bem como despertar a consciência das formas de prevenção aos acidentes e como melhorar a qualidade de vida e bem estar.



APOIO DA DIRETORIA, GERENTES E LÍDERES

Para uma SIPAT de sucesso é indispensável o relacionamento da diretoria com os membros da CIPA (nesse caso os organizadores do evento).

A consciência da importância do foco na segurança e saúde, deve ser iniciada pelos diretores e gerentes, e apoiada por todos da empresa, independente do cargo que ocupam. Isso significa vestir a camisa da segurança e saúde. E quando esse propósito vem de cima, é mais fácil a aderência de todos os colaboradores, o que contribui para o sucesso da SIPAT.

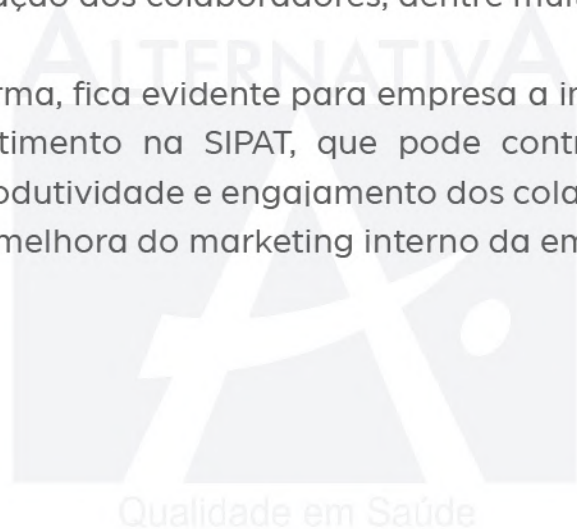


DEFINIÇÃO DA VERBA PARA A SIPAT

Uma SIPAT com qualidade requer profissionais qualificados, e esses profissionais têm um custo.

Para negociar valores disponíveis para investimento, é importante mostrar para a gerência, todos os benefícios que a SIPAT pode trazer, como: diminuição e prevenção de acidentes, melhora da qualidade de vida, motivação e valorização dos colaboradores, dentre muitos outros.

Dessa forma, fica evidente para empresa a importância do investimento na SIPAT, que pode contribuir para maior produtividade e engajamento dos colaboradores, além da melhora do marketing interno da empresa.



QUEM COORDENA A SIPAT?

Mesmo em equipe (CIPA), realizar um evento não é tarefa fácil. Portanto, se faz necessário escolher um coordenador que será o responsável pela organização da SIPAT junto com toda equipe da CIPA, e que terá autonomia para decisões no que se refere à SIPAT.

É importante que o coordenador da SIPAT tenha um perfil de liderança com as seguintes características: dinamismo, comprometimento, responsabilidade, pró atividade, organização e espírito de equipe.

Os demais componentes da equipe para a SIPAT devem realizar as atividades de acordo com o seu perfil, assim as farão com mais afinco.



EVENTO CUSTOMIZADO

Cada organização possui suas particularidades, valores e culturas diferentes, pois pertence à um determinado ramo de atividade. Nesse cenário, se torna indispensável que as palestras sejam customizadas de acordo com objetivos e realidade de cada empresa, criando uma conexão imediata durante a palestra.

O detalhe faz toda a diferença para o sucesso. Palestras de prateleira certamente não irão totalmente ao encontro das expectativas da empresa, o que pode colaborar para o insucesso do seu evento.



TEMA CENTRAL DA SIPAT

A partir da escolha do tema central da SIPAT, é que será definida toda a programação, bem como as atividades que serão realizadas, assim atendendo às expectativas durante e após o evento.

Para se definir o tema central e os secundários, é importante saber quais os principais problemas que a empresa vem enfrentando no quesito segurança, saúde e meio ambiente, bem como levar em consideração qual o perfil de seu público.

Por exemplo, se é comum acontecer acidentes com as mãos, é normal a empresa investir em campanhas com o objetivo de conscientizar os colaboradores e diminuir os acidentes de trabalho nesse aspecto. Sendo assim, a segurança com as mãos pode ser o tema principal da SIPAT.

A escolha de um slogan também é fundamental para a divulgação da SIPAT. Nesse caso a criação de um logo é bem interessante para criar um laço com o slogan.

A CIPA pode organizar um concurso entre os colaboradores para definir o slogan da SIPAT, o que aumenta a participação e engajamento de todos com a SIPAT.



LOCAL DE REALIZAÇÃO DA SIPAT

São muitas coisas para definir, e com isso, a escolha do local onde as atividades serão desenvolvidas muitas vezes passa despercebido, o que pode causar grandes transtornos durante o evento. Por conta disso, é de extrema importância definir o local previamente junto com a direção e líderes de setores.

Muitas atividades são adaptadas de acordo com a estrutura física de cada empresa. Para definição do espaço, é importante levar em consideração qual o número máximo de colaboradores que participarão das atividades, e se o espaço comporta esses participantes. Vale também observar se banheiros e bebedouros próximos estão funcionando, se o barulho que ocorre durante as atividades realizadas na SIPAT pode incomodar setores próximos, e assim por diante.



LOCAL DE REALIZAÇÃO DA SIPAT

Muitas empresas não possuem auditórios ou grandes salas de treinamentos, porém isso não é um problema.

É muito comum as empresas utilizarem seus refeitórios como espaço para o evento. Outras opções podem ser: o próprio ambiente fabril (desde que as operações sejam interrompidas temporariamente); áreas de estoque, estacionamentos cobertos, etc.



COMUNICAÇÃO COM OS COLABORADORES (DIVULGAÇÃO EFICIENTE)

Pensar em estratégias de divulgação que venham de encontro às necessidades de cada empresa, é fundamental para que a comunicação seja eficiente, e o sucesso da SIPAT garantido.

Portanto, a programação da SIPAT deve ser pensada e organizada com bastante antecedência para poder ser divulgada algumas semanas antes do evento. As maneiras de divulgação podem variar, sendo mais comum serem realizadas através da intranet, faixas em locais de maior circulação, distribuição de folders com a programação da SIPAT, dentre outras.



POR QUE CONTRATAR UM PALESTRANTE PROFISSIONAL?

Se você algum dia já assistiu uma boa palestra, com certeza se lembra de uma frase ou história que um palestrante contou, e que você nunca mais esqueceu porque fez “virar uma chave” na sua cabeça. Por conta disso, uma palestra pode ser o start para a transformação na vida de quem assiste.

Mas para que resultados positivos sejam realmente alcançados, se faz necessária a contratação de palestrantes especializados nos assuntos, que muito além de renome, possuem técnicas de oratória e metodologias específicas que garantem o sucesso do seu evento.



PORQUE CONTRATAR A **ALTERNATIVA** **QUALIDADE EM SAÚDE?**



Desde 2002 a Alternativa Qualidade em Saúde vem atendendo empresas de vários segmentos, com palestras, treinamentos e metodologia de Coaching, sempre com os melhores conteúdos, de uma forma interativa e descontraída, proporcionando crescimento exponencial em lucratividade, rentabilidade e competitividade.

Contamos com uma equipe formada por profissionais experientes e especializados que atuam no desenvolvimento profissional, pessoal e na valorização da qualidade de vida, o que permite construir uma parceria com nossos clientes, atendendo às suas expectativas através da inovação, da qualidade dos serviços prestados e do atendimento personalizado.

Qualidade em Saúde

CUSTOMIZAÇÃO: Além de oferecermos os melhores temas para o sucesso de seu evento, realizamos todas as customizações das palestras e atividades previamente, para que seus objetivos sejam alcançados não só durante, mas também após a SIPAT.

PALESTRANTES ESPECIALIZADOS E CERTIFICADOS: Nossos palestrantes são todos graduados e/ou pós graduados, além de possuírem formação em Coaching, certificação em Dinâmicas de Grupos e demais especializações.

EXPERIÊNCIA COMPROVADA: A ALTERNATIVA QUALIDADE EM SAÚDE atua desde 2002 na realização de SIPAT, SIPATMA, Semana da Saúde dentre muitos outros eventos corporativos.

É interessante contar com uma empresa especializada, que dispõe de profissionais com didáticas e metodologias específicas com foco no aprendizado e resultados esperados, de acordo com a necessidade de cada empresa.



PALESTRAS e TREINAMENTOS REALIZADOS DURANTE A SIPAT

A SIPAT pode ser uma excelente oportunidade para apresentar palestras e treinamentos voltados para a conscientização dos colaboradores, sobre a importância do trabalho em equipe para o sucesso dos programas de segurança e qualidade de vida, bem como a importância da motivação no dia a dia para o alcance das metas desejadas.

Muitos temas relacionados à saúde, segurança no trabalho e meio ambiente podem ser abordados no evento.

VEJA NAS PRÓXIMAS PÁGINAS OS TEMAS MAIS RELEVANTES E UTILIZADOS ATUALMENTE PELAS GRANDES EMPRESAS



PALESTRA - MOTIVAÇÃO PARA O COMPORTAMENTO SEGURO

A motivação impacta os funcionários de forma altamente positiva para o aumento do engajamento e envolvimento com os objetivos da empresa, o que reflete de forma significativa na melhora do clima organizacional, da qualidade de vida e dos resultados para a empresa e todos os envolvidos.

Vale ressaltar também que a motivação contribui com a diminuição do estresse, pois com a melhora do clima organizacional, os funcionários se sentem mais valorizados e satisfeitos, despertando assim a vontade de contribuir mais nas atividades diárias, aumentando o empenho e atingindo metas sempre maiores.

Em relação à Segurança do Trabalho, não há dúvidas de que a Motivação dos colaboradores para o

Comportamento Seguro faz toda a diferença para a prevenção de acidentes e cumprimento das Normas Internas de Segurança, com o objetivo de preservar o seu maior patrimônio: A VIDA!



PALESTRA - ALCOOLISMO, TABAGISMO E DST / AIDS

(esses temas podem ser abordados em uma só palestra)

É considerado por muitas empresas como temas obrigatórios, porém a legislação prevê:

De acordo com a NR-05 que trata da CIPA (Comissão Interna de Prevenção a Acidentes) consta que, no que se refere a atribuições e treinamento:

5.16 A CIPA terá por atribuição:

Alínea - p) participar, anualmente, em conjunto com a empresa, de Campanhas de Prevenção da AIDS.

5.33 O treinamento para a CIPA deverá contemplar, no mínimo, os seguintes itens:

Alínea - d) noções sobre a Síndrome da Imunodeficiência Adquirida - AIDS, e medidas de prevenção;

Por tratar-se de um tema da Saúde, aproveita-se a semana da SIPAT. Porém, tais informativos e atividade relacionadas, podem ser feitas em quaisquer outras datas pelo menos uma vez ao ano.



PALESTRA - ALCOOLISMO

Segundo a Organização Mundial da Saúde:

O álcool é a terceira causa de morte no mundo. É também responsável por 3 milhões de mortes por ano em todo o mundo, representando 5,3% de todas as mortes.

A SIPAT é uma ótima oportunidade para aumentar a integração de todos os funcionários dos setores da empresa, e além disso, fortalecer a importância do interesse em relação às consequências do uso abusivo ou não de álcool.



PALESTRA - TABAGISMO

Segundo a Organização Mundial da Saúde:

É a principal causa de morte evitável e é responsável pelo desenvolvimento de aproximadamente 50 doenças, incluindo o câncer. O cigarro contém cerca de 4.720 substâncias tóxicas, das quais pelo menos 70 são cancerígenas. Estima-se que 4,9 milhões pessoas (mais de 10 mil por dia) morrem todos os anos em decorrência do cigarro.

A SIPAT é uma ótima oportunidade para aumentar a integração de todos os funcionários dos setores da empresa, e além disso, fortalecer a importância do interesse em relação às consequências do uso abusivo ou não do tabaco.



Qualidade em Saúde

PALESTRA - DST

Sobre as DST (Doenças Sexualmente Transmissíveis) ou IST (Infecções Sexualmente Transmissíveis), um relatório da OMS revelou que a cada dia são registrados no mundo mais de 1 milhão de casos de doenças sexualmente transmissíveis, o que mostra uma estagnação na redução da transmissão de DST's.

A SIPAT é uma ótima oportunidade para aumentar a integração de todos os funcionários dos setores da empresa, e além disso, fortalecer a importância do interesse em relação às consequências do sexo realizado sem proteção, bem como medidas para prevenção das Doenças Sexualmente Transmissíveis.



Qualidade em Saúde

PALESTRA - AIDS

A OMS (Organização Mundial da Saúde) alerta que cerca de 1 milhão de pessoas morrem todos os anos por não saberem que estavam contaminadas pelo HIV ou por começarem tarde demais o tratamento contra a doença.

A SIPAT é uma ótima oportunidade para aumentar a integração de todos os funcionários dos setores da empresa, e além disso, fortalecer a importância do interesse em relação às consequências do sexo realizado sem proteção, bem como medidas para prevenção da AIDS e das outras Doenças Sexualmente Transmissíveis.



Qualidade em Saúde

PALESTRA - MEIO AMBIENTE

As organizações empresariais têm participado ativamente da preservação dos recursos naturais.

Com o objetivo de diminuir os impactos ambientais, as empresas estão se dedicando cada vez mais na identificação de maneiras de como produzir menos resíduos, bem como formas de reaproveitá-los ao máximo, reduzindo o alto índice de desperdício e protegendo os recursos naturais.

Pensando em determinar o real impacto ambiental, algumas empresas se preocupam com todo o processo: desde a produção de matérias-primas, até o modo como os consumidores descartam os produtos após o uso.



Qualidade em Saúde

PALESTRA - MEIO AMBIENTE

E nesse sentido, para garantir o comprometimento dos colaboradores e os bons resultados das organizações, de modo que todos caminhem rumo ao sucesso, o alinhamento adequado da missão da empresa em relação ao Meio Ambiente com todos os funcionários, é fundamental.

Além disso, é fundamental aumentar o nível de informações dos seus funcionários, formando cada vez mais, MELHORES CIDADÃOS.

Assuntos como Reciclagem, coleta seletiva, uso racional da água e de energia elétrica, e muitos outros, são fortemente abordados e reforçados em nossas palestras!

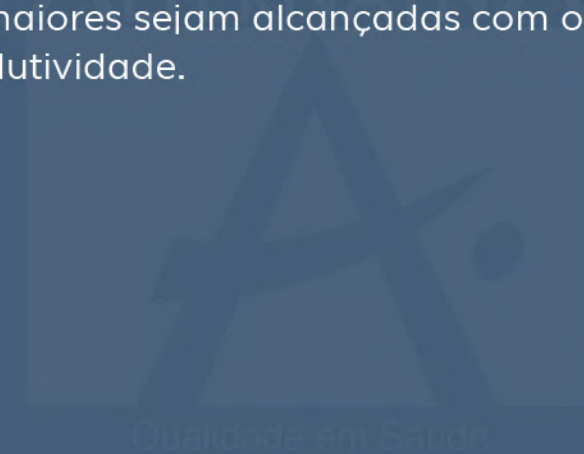
Qualidade em Saúde

E a SIPAT ou SIPATMA pode ser mais uma grande oportunidade de se mostrar de forma clara à todos os funcionários, a importância de se ter engajamento com essas diretrizes e de querer adotá-las como metas em sua rotina profissional.



A ESCOLHA DE **TEMAS MODERNOS E EFICIENTES GARANTEM RESULTADOS DURANTE E APÓS A SIPAT**, COMO POR EXEMPLO:

- Mais atenção à segurança
- Melhora do clima organizacional e da qualidade de vida
- Aumento da motivação e do engajamento de seus colaboradores, que se sentem mais valorizados, o que colabora para que metas ainda maiores sejam alcançadas com o aumento da produtividade.



A SIPAT SE TORNOU UM EVENTO MULTIDISCIPLINAR

A partir de uma reflexão mais profunda, os profissionais de RH e Segurança do Trabalho, concluíram que o grande objetivo da SIPAT, está em proporcionar maior e melhor Qualidade de Vida.

Refleta também: Ao sofrer um acidente, a primeira coisa que você perderá, será a sua Qualidade de Vida.

Com isso, temas mais modernos estão em pauta na sociedade e obviamente nas empresas também.

Desenvolvemos palestras com esses temas, para tornar a SIPAT ou SIPATMA ainda mais atraente e eficiente para seus colaboradores, que muitas vezes

não percebem os riscos gerados por essas realidades e comportamentos tão modernos.



PALESTRA – CONTROLE SUA ANSIEDADE

Poucas pessoas buscam tratamento para aliviar os sintomas antes que cheguem e até mesmo ultrapassem seus limites. A ansiedade pode inviabilizar a vida social e a profissional de uma pessoa.

Segundo a Previdência Social, os transtornos mentais já são a terceira razão de afastamento do trabalho no Brasil, e de acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 9,3% dos brasileiros apresentam os sintomas da patologia, dado que reforça a importância de investir em medidas de prevenção.



PALESTRA – PREVENÇÃO DE ESTRESSE

Por conta de estarmos cada vez mais submetidos às constantes mudanças, competitividade, cobranças e julgamentos, o estresse vem se tornando comum no ambiente de trabalho.

De acordo com a Isma (International Stress Management Association), os brasileiros só ficam atrás dos japoneses quando o assunto é condição exaustiva no ambiente corporativo.

Essa exaustão afeta diretamente o desempenho do colaborador, desencadeando estafa física, falta de concentração e falhas na memória, o que colabora de forma significativa para o aumento dos riscos e dos acidentes de trabalho.

Por esse motivo, é crucial ficar atento aos fatores que possam desencadear o estresse nos colaboradores.



PALESTRA - VÍCIOS TECNOLÓGICOS - o mal da modernidade

Mesmo que o celular não seja proibido na empresa, seu uso compromete a produtividade do profissional, pois diminui o seu **FOCO**, podendo acarretar, inclusive, em acidentes de trabalho pela falta de **ATENÇÃO** do trabalhador.

Mesmo não havendo uma legislação específica, cabe à empresa conscientizar seus colaboradores do risco do uso excessivo do celular, bem como as consequências para sua saúde e o risco de acidentes durante suas atividades laborais, ou até mesmo fora da empresa.



PALESTRA - TRABALHO EM EQUIPE e LIDERANÇA

Segurança só acontece quando todos trabalham juntos!

Então, responda essa pergunta: E você, sabe trabalhar em equipe?

Faço esta pergunta por que esta competência é uma das habilidades mais valorizadas atualmente pelo mercado de trabalho, e de forma alguma deve ser negligenciada.

Nesse cenário, o Trabalho em Equipe vai de encontro ao sucesso dos programas de segurança no trabalho. Cabe à empresa incentivar a prática, contribuindo para que o colaborador desenvolva as habilidades necessárias para a execução conjunta de ações, tarefas e projetos.



PALESTRA - TRABALHO EM EQUIPE e LIDERANÇA

O trabalho em equipe é extremamente importante no meio corporativo.

Mas para que qualquer organização tenha bons resultados, é indispensável que o processo seja conduzido de forma correta. Caso contrário, uma equipe mal orientada e desmotivada, pode até afundar uma empresa.

Sendo assim, o papel da liderança é fundamental e indispensável.

É o líder que conduz a equipe a desempenhar sua função com maestria nos processos de trabalho. Além disso, é aquele que inspira, é referência, promove engajamento, foco e o comprometimento de toda a equipe.



PALESTRA - TRABALHO EM EQUIPE e LIDERANÇA

Uma liderança atuante e comprometida com o sucesso da empresa, pode contribuir de forma significativa para o êxito dos programas de segurança no trabalho de qualquer organização, resultando na diminuição dos índices de acidentes, excessos de confiança e situações de risco.

**AS ATITUDES DOS LÍDERES SEMPRE
“SOAM” MAIS ALTO QUE SUAS PALAVRAS.**



PALESTRA - RELACIONAMENTO INTERPESSOAL

Entende-se por Relacionamento Interpessoal no Trabalho, toda relação que há entre os colaboradores de uma empresa, independente do nível hierárquico, e até mesmo com o cliente e/ou consumidor final.

Sendo assim, se o funcionário é o principal capital de uma empresa, quando os problemas de relacionamentos interpessoais ocorrem, a imagem da empresa é afetada perante o mercado e o público em geral. A produtividade tende a cair, o trabalho em equipe torna-se deficiente, além de ser um fator indicativo de estresse, ansiedade, e queda na qualidade de vida dos funcionários, aumento do absenteísmo, e até mesmo desligamentos.



PALESTRA - RELACIONAMENTO INTERPESSOAL

Diante disso, os relacionamentos interpessoais no trabalho devem ser foco de cuidado, otimizando a qualidade de vida dentro e fora do trabalho, para que a empresa não perca a sua capacidade produtiva e força máxima.

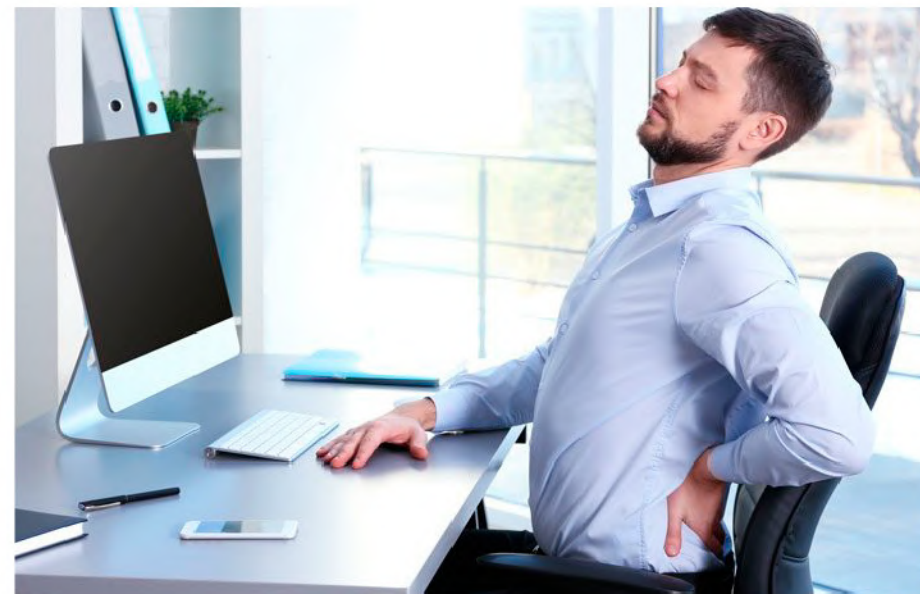
Independente das diversidades, estimular o desenvolvimento da comunicação eficiente e do bom relacionamento entre os colaboradores, pode fazer toda a diferença em uma empresa, colaborando para a resolução de conflitos e pendências, diálogo de forma pacífica em qualquer problema, e colaboração para ultrapassar os momentos de crise.



PALESTRA - ORIENTAÇÃO POSTURAL

A má postura no ambiente de trabalho, em casa, ou até mesmo no lazer, ao longo do tempo causam diversos males que prejudicam e comprometem a saúde do trabalhador.

Nas palestras de orientação postural, é possível obter informações teóricas e práticas de como ter uma postura correta no trabalho e no dia a dia, com o objetivo de melhorar as dores e aliviar tensões, evitando assim possíveis patologias relacionadas ao trabalho.



PALESTRA - ORIENTAÇÃO POSTURAL

A palestra é conduzida de uma forma que provoca o colaborador a refletir sobre a SUA RESPONSABILIDADE ao cuidar da sua saúde.

Seus próprios hábitos e atitudes serão fundamentais para definir se terá ou não qualidade de vida.

São apresentadas dicas de como ter uma postura correta ao pegar e transportar pesos, sentar, andar, falar ao celular e muito mais.

Nesse caso, a empresa estará incentivando seus colaboradores a aumentar seus níveis de responsabilidade com sua própria saúde.





Esperamos com esse ebook, colaborar para que as empresas dêem cada vez mais importância para a segurança, saúde e qualidade de vida de seus colaboradores.

Além disso, queremos também fazer a nossa parte, tornando as nossas parcerias sustentáveis não só em ética e produtividade, mas como na preservação do meio ambiente.

ENTRE EM CONTATO CONOSCO E AGENDE JÁ A SUA SIPAT!

11 4335-4372 11 99167-9800 /alternativa.qs www.alternativaqs.com.br

Diretores:



Mauricio Bisioli

@mauriciobisiolicoach



Andreia Gonçalves

@andreiagoncalvescoach

EBOOK

**SAIBA COMO OBTER
RESULTADOS
EXTRAORDINÁRIOS
COM A SUA SIPAT**



www.alternativaqs.com.br

