

Diretoria

Clyton Baptista Ruperti **PRESIDENTE**
Irmã Gentila Segatto **VICE-PRESIDENTE**
Guacir Bueno **DIRETOR-TESOUREIRO**
Elaine Beatriz D. Timmen **DIRETORA-SECRETÁRIA**
Cláudio de Paiva e **SUPLENTES DA DIRETORIA**
Pe. Laerte Souza Oliveira

SECRETÁRIO GERAL E

Antônio Cláudio de **COORDENADOR DAS**
Barcellos Abreu **DELEGACIAS REGIONAIS**

Conselho Fiscal

Oswaldo de Oliveira da Silva,
Celestino Volpato, Roni Ferrari
Suplentes do Conselho Fiscal
Tânia Luiza L. de Marins,
Claudeonor B. Rodrigues,
Irmã Conceição de Andrade

Secraso/RS

Avenida Ipiranga, 550 – Porto Alegre/RS
Fone: (51) 3212-2081

E-mail: secraso@terra.com.br

Delegacia Regional da Grande Porto Alegre

Avenida Ipiranga, 550 – Porto Alegre/RS
Fone: (51) 3212-2081

E-mail: secraso@terra.com.br

Delegacia Regional de Carazinho

Avenida Flores da Cunha, 1.184/sala 601 – Edifício
Avenida – Carazinho/RS

Fone: (54) 331-6236

E-mail: secraso.car@wavetec.com.br

Delegacia Regional de Ijuí

Rua José Bonifácio, 328/ sala 309 – Ijuí/RS
Fone: (55) 3332-8236

E-mail: mlcervi@main.unijui.tche.br

Delegacia Regional de Pelotas

Rua General Neto, 778/ sala 303 – Pelotas/RS
Fone: (53) 3028-1224

E-mail: secraso.pelotas@terra.com.br

Delegacia Regional de Santa Maria

Rua Dr. Bozano, 1.147/sala 402 – Santa Maria/RS
Fone: (55) 3026-8778

E-mail: secraso_santamaria@yahoo.com.br

Delegacia Regional de Santa Rosa

Rua Minas Gerais, 55/ sala 804 – Santa Rosa/RS
Fone: (55) 3512-1261

E-mail: secrasosra@terra.com.br

Delegacia Regional Serra/RS

Avenida Sinimbu, 2.091/ sala 402 – Edifício Adélia
Lazzarotto – Caxias do Sul/RS

Fone: (54) 221-0864

E-mail: secrasocax@terra.com.br

Jornalista responsável

César Krob – MTB 3991/76

Redação: Carla Santos – MTB 8292/96

E-mail: secraso.comunicacao@terra.com.br

Fones: (51) 3212-2081 ou 3212-3133

Projeto Gráfico Cássio Mattos

Ilustração Rodrigo Cambará

Fotos Jackson Ciceri e Arquivo/Secraso

Fotolito e Impressão Ideograf

Tiragem: 10 mil exemplares



PÁGINAS 04/05

O médico do Trabalho e mestre em Saúde Coletiva, Cezar Pretto, e o médico especialista em Ortopedia, Traumatologia e Ortopedia Infantil, Thierry de Oliveira, explicam o que são doenças ocupacionais como LER e Dort, a melhor maneira de preveni-las e os diferentes modos de tratá-las. Uma das formas de recuperação é imobilizar a parte afetada.



PÁGINA 07



Justiça isenta do pagamento do IPTU a Associação Centro Recreativo Cultural de Tramandaí. A decisão foi da juíza de Direito da 1ª Vara Cível de Tramandaí e vai gerar uma economia anual de R\$ 9 mil à entidade. A associação foi assessorada juridicamente pelo Secraso-RS, através do advogado Wilson de Oliveira Moreira.

Delegacia da Serra conta com nova delegada. Ângela Sartor assumiu o cargo no dia 1º de agosto, substituindo Cleme Landi de Souza.



PÁGINA 06

Receta Federal divulga normas da Declaração de Isento 2005. Devem declarar aqueles que obtiveram rendimentos tributáveis de até R\$ 12.696 em 2004. O contribuinte que, por dois anos consecutivos, não se manifestar terá o CPF suspenso. Quem deixar de declarar por um ano terá o documento colocado na condição de “pendente”.

PÁGINA 08

Empresas devem estar atentas para o uso correto dos equipamentos de trabalho disponibilizados aos funcionários. O emprego ilícito de determinadas ferramentas, como a internet, pode acarretar prejuízos à companhia.

Recado do leitor

Entre as inúmeras manifestações expressadas pelos leitores, em razão da nova proposta gráfica/editorial no nosso jornal, destacamos hoje a correspondência enviada pelo presidente do Senalba-RS Antônio Johan.

Senhor presidente do Secraso-RS, coronel Clyton Ruperti, dediquei a primeira hora do dia para ler o Informativo número 26 do Secraso-RS. Parabéns. Além do conteúdo que demonstra a nova dinâmica da entidade sindical, o Informativo está com visual (formatação) inovador, linguagem clara, fluente, objetiva e português modelar. Os cumprimentos do Senalba-RS.

Antonio Johan – Presidente do Senalba-RS

Serra está com nova delegada

Delegacia terá como foco principal a divulgação do trabalho do Secraso-RS junto aos associados da Região Serra.



Ângela Sartor assumiu a delegacia Regional da Serra dia 1º de agosto

A delegacia Regional da Serra, com sede em Caxias do Sul, conta com a nova delegada, Ângela Sartor, de apenas 23 anos. Ela assumiu o cargo no dia 1º de agosto, substituindo Cleme Landi de Souza. É a primeira vez que Ângela encara o desafio de comandar uma delegacia sindical. “Estou gostando muito de trabalhar aqui e sei que vou adquirir bastante experiência. Eu estou cursando Direito e me formo neste ano. Este cargo me trará alguns desafios, mas a tarefa está sendo muito gratificante”, afirma. Para assegurar um melhor suporte funcional, Ângela convidou para estagiar na delegacia da Serra, a estudante de Psicologia Gabriela Goulart.

A nova delegada afirma que quer

fazer um trabalho de divulgação do Secraso para que mais pessoas saibam das oportunidades que o sindicato oferece. “Vou continuar e ampliar o trabalho que a Cleme havia iniciado, dando maior visibilidade aos serviços e benefícios que disponibilizamos aos nossos associados e afiliados. Muitos ainda não sabem bem a função do sindicato, e levar até eles essas informações, será um dos meus objetivos.”

A delegacia da Serra está localizada na avenida Sinimbu, 2.091/sala 402, edifício Adélia Lazzarotto, em Caxias do Sul e atende pelo telefone (54) 221-0864 e pelo e-mail secrasocax@terra.com.br.

JUSTIÇA

Vara Cível de Tramandaí reconhece benefícios fiscais para sócia do Secraso-RS

Em decisão proferida pela Dra. Laura Ulmann López, juíza de Direito da 1ª Vara Cível de Tramandaí, no dia 25.04.2005 – publicada no Diário Oficial em 26 de junho de 2005 – (processo nº 073-1.03.0050026-7), em processo intentado (gratuitamente) pela Consultoria Jurídica do Secraso/RS em prol da Associação Recreativo Cultural Tramandaí – CRC (Associação de Professores Públicos Estaduais), teve a mesma reconhecida a sua isenção no pagamento de IPTU (Imposto Predial e Territorial Urbano) desde o ano de 2003. Essa decisão produziu uma economia anual de aproximadamente R\$ 9 mil essa entidade.

O Município de Tramandaí recorreu da decisão que será examinada em breve pelo Tribunal de Justiça do Estado do Rio Grande do Sul. A parte expositiva da sentença em destaque define uma situação que é comum às entidades vinculadas ao Secraso/RS, e está assim redigida:

“Diante do exposto, JULGO PROCEDENTE o pedido para o efeito de excluir da incidência do IPTU

sobre o imóvel localizado na Av. Fernando do Amaral, nº 690, Tramandaí/RS, de propriedade da ASSOCIAÇÃO CENTRO RECREATIVO E CULTURAL TRAMANDAÍ porque reconhecida a imunidade na forma do artigo 150, VI, “c” da Constituição Federal, e artigo 14 do Código Tributário Nacional, a contar do ano de ingresso da ação (2003), inclusive. CONDENO o requerido no pagamento das custas e despesas processuais, bem como, honorários advocatícios que fixo em R\$ 800,00 (oitocentos reais), forte no artigo 20 do CPC”.

Chamamos a atenção para o fato de que a grande maioria das Entidades ligadas ao Secraso-RS, são assistenciais e filantrópicas, portanto, em condições de alcançarem ad-

ministrativamente ou em juízo a liberação de muitos pagamentos que são efetuados indevidamente, tais como: ICMS nas contas de luz e telefone; IPTU e IPVA; conta de água (entidade filantrópica); ITR; e IPI quando da aquisição de veículos.

Temos percebido que muitas entidades com graves dificuldades financeiras pagam indevidamente algumas taxas acrescidas de encargos, que podem ser economizados e revertidos para o atendimento das suas funções básicas – que são relevantes para a sociedade.

Todos os entes associados do Secraso-RS podem fazer a mesma postulação administrativamente ou em juízo gratuitamente, sem nenhum custo – ou então, pagando somente as custas do processo (caso não lhe seja concedida a gratuidade jurisdicional), bastando, para isso, procurar a Consultoria Jurídica do Secraso-RS encaminhando os documentos e as condições que necessitem.

Wilson de Oliveira Moreira
Assessor Jurídico do Secraso-RS

A melhor forma de usar equipamentos de trabalho

A prestação de trabalho pressupõe total dedicação e interesse do empregado no resultado final de sua obra. De outro lado, compete ao empregador, que assume os riscos do empreendimento, colocar à disposição todos os meios para que o produto final seja de qualidade e tenha perfeito resultado.

Decorre de tais circunstâncias, portanto, a disponibilização de todos os meios necessários para a prestação do trabalho, e isto vem desde longa data – antecede a própria CLT.

Com a prosperidade tecnológica, os trabalhadores dispõem, para operar, computadores sofisticados e programas especiais. São recursos de produção que permitirão alcançar qualidade e resultado que referimos.

A obra decorrente dessa produção é paga pelo salário e, inovações e criações obedecerão aos limites do direito pertinente à propriedade intelectual, com inscrição e indicativo do criador, participação do trabalhador criador no que resultar da sua obra de criação.

Pois, quando o trabalhador recebe meios e equipamentos para uso no trabalho, está assumindo a responsabilidade da plena utilização de tais recursos para esse fim. Consistindo em desvio de finalidade a alteração do destino da sua obra. Razão pela qual, o uso e acessos franqueados pelos empregadores aos empregados, de computadores e meios de comunicação vinculados ao mesmo, não sejam operados para práticas pessoais, ou das mais variadas ilícitu-des que esse equipamento proporciona.

A Justiça do Trabalho vem se pronunciando no sentido de que é motivo para rescisão 'por justa causa' do contrato de trabalho o uso ilícito de correio eletrônico (e-mail)

Ao receber ferramentas para apoio no expediente, o empregado assume a responsabilidade de pleno uso de tais recursos.



postado à disposição do empregado. Esses recursos destinados ao trabalho são indevidamente utilizados pelos empregados quando transmitem fotos pornográficas, artigos e mensagens pessoais com referências políticas que conflituam com os objetivos do patrão.

Recentemente causou indagações junto aos associados do Secraso-RS o caso ocorrido entre o HSBC e um de seus empregados (em julgado do TST – recebeu destaque da imprensa nacional) que teve violado o segredo das mensagens do "e-mail" do trabalhador.

Não aconteceu, nesse caso, violação da intimidade do empregado. E em geral não é o que acontece com os empregadores ao acompanharem os registros eletrônicos dos seus funcionários.

O Ministro João Orestes Dalazen, relator do processo em referência expressou: "O empregador pode exercer de forma moderada, generalizada e impessoal, o controle de mensagens enviadas e recebidas pela caixa de e-mail por ele fornecidas, estritamente com a fi-

nalidade de evitar abusos, na medida em que estes podem vir a causar prejuízos à empresa."

A decisão judicial que destacamos fixou alguns pontos elucidatórios daquele caso e que serve para outros tantos: as senhas disponibilizadas aos trabalhadores e utilizadas pelo empregador para ter acesso à caixa de mensagens servem para proteger registros e informações (muitas vezes confidenciais) da empresa.

Importante que se ressalte que a fiscalização quanto ao uso dos meios de produção pelo empregado deve ter regulamentação específica e destinada a todos. O que não é possível é um procedimento aleatório e imprevisível, com exigências para alguns trabalhadores e liberalidades para outros.

Identificado um modelo padrão de procedimentos na empresa, os trabalhadores poderão ser fiscalizados e vistoriados no uso dos implementos que lhes são disponibilizados.

Wilson de Oliveira Moreira
Assessor jurídico do Secraso-RS

SECRASO

Informativo - Ano 2 - Número 27
agosto de 2005

SINDICATO DAS ENTIDADES CULTURAIS,
RECREATIVAS, DE ASSISTÊNCIA SOCIAL,
DE ORIENTAÇÃO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL
DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL

Impresso Especial
Contrato nº 0123/01
CORREIO /DR/RS
SECRASO
ACF-PRAIA DE BELAS



Informa

LEGISLAÇÃO

Secraso busca soluções para as creches

Em Porto Alegre, o Conselho Municipal de Educação exerce um controle muito estreito do cumprimento da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, e as novas normas podem levar vários estabelecimentos a fecharem suas portas.

O secretário-geral do Secraso-RS, magistrado aposentado da Justiça Militar do RS e advogado, Antônio Cláudio Barcellos de Abreu, reuniu-se, no final do mês passado, com a Comissão de Educação, Cultura e Esportes da Câmara Municipal de Porto Alegre, presidida pelo vereador Adeli Sell, para debaterem a organização e legalização das creches comunitárias diante das exigências da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN) e das normas municipais reguladoras do assunto.

Abreu falou sobre as dificuldades que as comunidades e o próprio sindicato enfrentam em decorrência das exigências trazidas pela nova Lei, tanto no que se refere à qualificação dos professores que devem ter habilitação em nível universitário, como às especificações das instalações físicas das creches, pois as novas normas são bastante explícitas e restritivas.

O secretário-geral do Secraso explicou que, em Porto Alegre, o Conselho Municipal de Educação exerce um controle mais estreito do cumprimento da lei, o que poderia levar muitos estabelecimentos a fecharem as portas. No entender do sindicato, isso seria desastroso, pois agravaria o problema da falta de entidades que se encarregam dos cuidados, principalmente, das crianças de mais tenra idade, im-



Elson Sempé/Câmara de Vereadores/Secraso-RS

Abreu (E) afirmou à Comissão presidida por Adeli Sell (D) que o cumprimento da LDBEN provocará aumento de problemas sociais

possibilitando, assim, o trabalho das mães por não terem onde deixar os filhos.

Segundo o secretário-geral, os cuidados com a educação de crianças deveriam, como prevê a LDBEN, serem atribuídos a professores qualificados por universidade. No entanto, a realidade das creches, principalmente as beneficentes e assistenciais, não lhes permite, efetivamente, arcar com tais despesas. Isso fez com que o sindicato postulasse que a Comissão de Educação da Câmara questione junto à Prefeitura Municipal, no sentido de dilatarem-se os prazos para a imple-

mentação das providências preconizadas, pois se atuadas, por não satisfazerem totalmente tais condições, seriam forçadas, como já se disse, a encerrar suas atividades, deixando milhares de crianças sem atendimento.

Após a explanação, o vereador Adeli Sell determinou à secretária da Comissão, que elaborasse correspondência para as secretarias municipais envolvidas nos assuntos pedindo suas providências e sugerindo uma reunião posterior, com representantes de cada um dos órgãos interessados, no sentido de solucionar os problemas em pauta.

Receita divulga normas da Declaração de Isento 2005

O supervisor nacional do Imposto de Renda, Joaquim Adir, anunciou, no final do mês passado, as regras para entrega da Declaração Anual de Isento 2005. As normas estão previstas na Instrução Normativa 559. De acordo com o supervisor, a única novidade esse ano é a possibilidade de apresentar o documento no Caixa Aqui, da Caixa Econômica Federal, cujo sistema está presente em todos os municípios do País.

A expectativa é que sejam entregues 60 milhões de declarações, contra 57 milhões no ano passado. O período de entrega vai de 1º de setembro a 30 de novembro. Devem declarar aqueles que obtiveram rendimentos tributáveis de até R\$ 12.696 em 2004. Os demais contribuintes tinham que ter apresentado a declaração do IR, cujo prazo terminou em 29 de abril.

A entrega da declaração pode ser feita nas agências bancárias, casas lotéricas, Correios e internet, no site da Receita (www.receita.fazenda.gov.br). A taxa cobrada nos bancos e loterias será de R\$ 1,00 e nas agências dos Correios, R\$ 2,40.

Quem perder o prazo de entrega só poderá regularizar a situação no Banco do Brasil, Caixa e Correios, ao custo de R\$ 4,50. A partir de janeiro o valor será de R\$ 5,50. O contribuinte que por dois anos consecutivos não se manifestar terá o CPF suspenso. Quem deixar de declarar por um ano terá o documento colocado na condição de "pendente".

No cadastro do CPF, existem 153,2 milhões de inscrições, das quais 99,8 milhões regulares. Outros 36,4 milhões de números estão suspensos e 15,5 milhões pendentes.

Quem estiver com o documento irregular ficará impedido de realizar várias operações, como abrir conta bancária, solicitar crediário, retirar passaporte, participar de concurso público ou ainda participar de transações em cartório.

Devem declarar aqueles que obtiveram rendimentos tributáveis de até R\$ 12.696 em 2004. Os demais contribuintes tinham que ter apresentado a Declaração do Imposto de Renda, cujo prazo terminou em 29 de abril.



A informação dos dados também pode ser feita nas agências dos Correios

Nota complementar - esclarecimentos adicionais

Em matéria publicada em nosso informativo de nº 26, de julho deste ano, acrescentamos que a dispensa de informação da Dacon, referente às pessoas jurídicas imunes ou isentas, enquadram-se na não-apresentação daquelas que possuam folhas de salários e cujas contribuições a serem informadas da Dacon sejam inferiores a R\$ 10 mil (dez mil reais) conforme IN 543, artigo 5.

Para esclarecimentos adicionais, a IN 543/2005 encontra-se disponível no site www.receita.fazenda.gov.br, no setor de Legislação, disponível à consulta pública em sua íntegra.

Alfaro Jarinski

Responsável técnico **Luiz Carlos M. Alfaro**

A PALAVRA DO PRESIDENTE



Prezados amigos!

Como todos devem ter observado, nosso jornal está de cara nova – editorial e graficamente. É mais um importante objetivo que alcançamos em consonância com nossa proposta de permanente renovação, tanto no ato de administrar, quanto nos serviços ofertados às categorias econômicas associadas ou filiadas ao Secraso-RS.

A agilidade do mundo moderno exige, cada vez mais, que o processo de informações atualizadas seja constante e on-line. Neste sentido, lembramos que também

disponibilizamos, a todos os interessados, acesso ao nosso site: www.secraso-rs.com.br.

Nesta sua 27ª edição, com uma tiragem de 10 mil exemplares, o jornal do Secraso aborda variados temas, entre os quais destacamos e recomendamos os depoimentos dos médicos Cezar Pretto e Thierry de Oliveira sobre os problemas humanos e econômicos decorrentes da LER (Lesões por Esforços Repetitivos) e DORT (Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho). Nossa Assessoria Jurídica, que obteve ganho de causa, junto à comarca de Tramandai, em favor da isenção de pagamento de IPTU pela Associação Estadual de Professores daquela cidade, ainda contribui sobre a elucidação dos direitos do empregador quanto ao controle do uso da internet por seus funcionários.

Dimensionando sua relevância, a matéria de capa fala da participação do Secraso-RS em recente encontro do Conselho de Educação, Cultura e Esportes da Câmara Municipal de Porto Alegre, quando nosso secretário-geral, Antônio Cláudio Barcellos de Abreu, destacou as dificuldades que a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional vem ocasionando às creches comunitárias.

Boa Leitura!

Clyton Baptista Ruperti

Festa das Crianças



O evento para comemorar o dia da Criança – Uma Tarde no Parque - que se realizará no Green Park, na avenida Borges de Medeiros, junto ao estádio Beira Rio, teve mais de cem creches inscritas. No entanto, nem todas estão em dia com suas contribuições (Sindical, Assistencial e Social) junto ao Secraso-RS.

Voltamos a lembrar que, para terem acesso à promoção, as creches devem quitar suas pendências até o dia 15 de setembro, tempo necessário para que o Secraso-RS possa melhor formatar a festa, em acordo com o número de participantes, já que somente as crianças das instituições devidamente habilitadas participarão de uma Tarde no Parque, com livre acesso a todos os jogos e brinquedos, além do transporte que será financiado pelo sindicato.

Maiores informações através do telefone: 3212-3133.

LER e Dort causam problemas humanos e econômicos

Como prevenir

De acordo com o médico do Trabalho e mestre em Saúde Coletiva, César Pretto, LER e Dort se constituem num sério problema humano e econômico, que afeta a qualidade de vida dos trabalhadores. O prejuízo para as organizações vai desde a redução de produtividade ao aumento no custo em geral. Essas lesões e distúrbios acometem principalmente os membros superiores e a coluna vertebral e representam mais da metade das doenças ocupacionais no Brasil. As causas principais são as posturas inadequadas, a força, a repetitividade, a vibração e a compressão mecânica sobre as estruturas das mãos e antebraços. A prevenção, segundo o especialista, é mais importante do que a preocupação com a cura ou a reabilitação.

Para evitar as LER/Dort devemos usar uma política preventiva e de melhorias nos locais de trabalho, além da conscientização dos trabalhadores. Algumas atitudes recomendadas seriam:

- solicitar a cooperação das pessoas responsáveis pelos setores de segurança e medicina do trabalho, Cipa, engenharia, manutenção etc;
- orientar o trabalhador para a economia de movimentos (tempo evitável);
- iniciar e terminar os movimentos com as duas mãos no mesmo instante;
- executar movimentos simétricos com os braços;
- observar para que o trabalhador encontre o mate-

Sabe aquela dorzinha nas mãos e braços, que às vezes nos impede de exercer atividades do dia-a-dia? Geralmente é causada por LER (Lesões por Esforços Repetitivos) ou Dort (Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho). O problema tem afetado tantos trabalhadores que, entre 31 de agosto e 2 deste mês, houve a Expo Proteção, em São Paulo, onde empresas e profissionais da área de Saúde e Segurança no Trabalho (SST) discutiram a evolução e reconheceram as melhores práticas através do Prêmio Proteção.



César Pretto

rial a utilizar sempre no mesmo local e próximo da área de alcance das suas mãos;

- melhorar o conforto ambiental;
- fazer revezamento nas tarefas;
- implantar pausas e micropausas definidas ou aleatórias;
- utilizar a flexibilidade postural;
- cuidar o tempo de tarefa muito apertado;
- evitar as posições incorretas e forçadas;
- procurar o médico do trabalho de sua empresa no caso de dor ou formigamento nos membros superiores;
- controlar e proibir horas extras;
- ter efetivo compatível

com a produção;

- lembrar ao trabalhador para se cuidar nas tarefas fora da empresa (domésticas, trabalho, esporte).

O médico especialista em ortopedia, traumatologia e ortopedia infantil Thierry de Oliveira explica que as estruturas anatómicas acometidas pela LER estão localizadas no interior das articulações (ligamentos, sinovias e cápsulas) ou ao seu redor (tendões, músculos e fascias e nervos). Nessas regiões concentra-se, naturalmente, grande parte das cargas originadas pelos músculos, durante a realização dos movimentos necessários para as atividades de nossa vida diária.

Dentre os tendões dos membros superiores mais freqüentemente acometidos estão os da mão e do punho, o tendão do músculo bíceps do braço e do músculo supra-espinhal no ombro, e a inserção epitroclear e epicondiliana do antebraço.

O processo inflamatório pode ser desencadeado por traumatismos produzidos por diversos agentes físicos e/ou químicos e pode ser iniciado por estresse.



Como tratar

Thierry de Oliveira afirma que o objetivo básico do plano de tratamento deve ser: eliminar ou pelo menos reduzir bastante, a intensidade dos fatores físicos estressantes que causaram ou agravaram a lesão. A recuperação freqüentemente requer longo período, durante o qual deve haver restrições à atividade normal. Há dificuldades de entender que o tratamento, em muitos casos, só terá sucesso depois de semanas ou mesmo meses. Lesão crônica se trata com tratamento longo. Eventuais processos de cura imediata ou de alívio temporário geralmente levam a problemas futuros.

A primeira e talvez mais importante forma de tratamento da LER seja a restrição do movimento. Consiste em se conseguir que o trabalhador evite os movimentos causadores da dor,



Thierry de Oliveira

imobilizando fisicamente sua articulação através de uma tala de gesso leve.

Medicamentos anti-inflamatórios não hormonais e relaxantes musculares são administrados 3 vezes ao dia. A infiltração de corticóides costuma ser bastante eficaz no alívio da dor nos casos de tendinites e bursites. Às vezes, é necessário o uso de analgésicos fortes, tipo morfina.

Os imobilizadores de articulação removíveis, em

combinação com a medicação antiinflamatória tópica (local) e via oral, podem ser usados permitindo a higiene periódica e aplicação de fisioterapia à base de calor superficial (bolsa ou compressas de água quente) e calor profundo (ondas curtas e ultra-som).

Outras formas de tratamento fisioterápico poderão ser instituídas a critério do médico fisiatra.

A cirurgia deve ser considerada como alternativa importante nas seguintes situações: compressão neural e/ou tendinosa comprovada por exame eletro-neurológico alterado e nos casos em que estão esgotados todos os recursos de tratamento.

Em qualquer circunstância, o paciente só deverá retornar as suas atividades se estiver em plenas condições ou melhor, curado. O índice de recidiva é muito grande!

NUTRIÇÃO

Educação alimentar na sala de aula

Em setembro, a assessoria nutricional dará ênfase à capacitação de professores de educação infantil. A abordagem principal será como trabalhar educação alimentar em sala de aula, com sugestões de atividades práticas. A novidade deste mês é a adequação dos encontros aos horários vagos dos professores de pré-escolas: haverá aulas nos turnos da manhã e da tarde.

Os cursos são ministrados na sede do Secraso-RS, à avenida Ipiranga, 550, em Porto Alegre. São totalmente gratuitos e fornecem certificado de participação, sendo requisitos a condição de sócia por parte da entidade interessada e estar perfeitamente em dia com as contribuições sindical, assistencial e social.

Para entidades filiadas associarem-se, basta solicitar uma visita pelo fone: (51) 3212-3133 ou 3212-6501 com Maria Luisa.

Agenda de Setembro

Dia 6 - das 9h30min às 11h30min - **Módulo III** - O Alimento e a Criança: o guia alimentar e o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis (destinado a professores e auxiliares)

Dia 13 - das 16h às 17h30min - **Módulo I** - Regras Práticas de Higiene Ambiental, Pessoal e de Alimentos (destinado a manipuladores de alimentos: cozinheiras e auxiliares de cozinha)

Dia 21 - das 16h às 17h30min - **Módulo II** - Falando sobre Economia, Estocagem, Conservação e Congelamento de Alimentos (destinado a manipuladores de alimentos)

Dia 27 - das 16h às 17h30min - **Módulo III** - O Alimento e a Criança: o guia alimentar e o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis (destinado a professores e auxiliares)