

OGMO-ES reforça ações de combate ao assédio moral e sexual

Ambiente de trabalho seguro, respeitoso e inclusivo é prioridade em todas as atividades nos portos do Espírito Santo

Para o Órgão de Gestão de Mão de Obra do Trabalho Portuário Avulso do Espírito Santo – OGMO-ES, é fundamental a manutenção de um ambiente de trabalho seguro, respeitoso e inclusivo, para o bem-estar de todos e para o sucesso de suas atividades.

Por esta razão, o OGMO-ES reforça o seu compromisso contínuo em garantir que todos os membros de suas equipes possam trabalhar sem medo de assédio e com a confiança de que suas preocupações serão tratadas com ética e responsabilidade.

Nesse sentido, dando continuidade a esse trabalho incansável, o OGMO-ES segue fortalecendo suas iniciativas com a publicação de uma série de orientações claras e diretrizes para prevenir, identificar e lidar com o assédio moral e sexual no ambiente de trabalho. “Acreditamos que a educação é a base para a mudança, e estamos comprometidos em capacitar os nossos trabalhadores com o conhecimento necessário para contribuir para uma cultura de respeito mútuo”, destaca o gerente executivo do órgão, Wagner Feu.

“Vamos reiterar as orientações e deixar claro o que define e o que constitui assédio sexual e moral, além de fortalecer os canais de denúncia disponíveis, os passos que serão tomados para investigar eventuais alegações e as consequências que podem ser esperadas para os infratores”, complementa Wagner.

O QUE É ASSÉDIO SEXUAL

O assédio sexual é um comportamento ou atitude de teor íntimo e sexual, considerado desagradável, constrangedor, ofensivo e até mesmo violento pela vítima.

A prática do assédio sexual fere a dignidade humana e demais direitos fundamentais dos trabalhadores. Viola os direitos à segurança no trabalho e à igualdade de oportunidades, além de prejudicar sua saúde.

A reiteração ou sistematização da conduta não é necessária para a caracterização do assédio sexual. Um único ato pode ser suficientemente grave para atingir a honra, a dignidade e a moral da vítima, tipificando tal comportamento como assédio sexual.

O QUE É ASSÉDIO MORAL

O assédio moral consiste na violação da dignidade ou integridade psíquica ou física de outra pessoa por meio de conduta abusiva. Manifesta-se por meio de gestos, palavras (orais ou escritas), comportamentos ou atitudes que exponham o trabalhador ou trabalhadora a situações humilhantes e constrangedoras, degradando o clima de trabalho e muitas vezes impactando a estabilidade emocional e física da vítima.

O assédio moral no ambiente de trabalho expõe as pessoas a situações de humilhação, constrangimento, inti-

Equipes unidas fazem um porto
LIVRE DE ASSÉDIO



você não está sozinho(a)



midação, agressividade e menosprezo, causando-lhes sofrimento psíquico ou físico, interferindo negativamente tanto na sua vida pessoal quanto na sua vida profissional.

São características do assédio moral, independentemente da intencionalidade da conduta, ações que excluam o trabalhador ou trabalhadora de suas funções ou que deteriorem o ambiente laboral, podendo ocorrer não só durante a jornada de trabalho, mas também fora dela.

ONDE BUSCAR AJUDA?

Durante a operação portuária, deverá ser procurado o representante ou preposto do Operador Portuário. O OGMO-ES tem em seu site um canal “Fale Conosco” em que as denúncias são tratadas com a devida responsabilidade e importância que o assunto demanda. Além do mais, o OGMO-ES está revisando todos os protocolos para tratar esses casos. Novos protocolos serão divulgados em breve.

SEMINÁRIO

III Seminário Capixaba de
Direito do
Trabalho Portuário

PÁG. 2

CALOR

Mudanças climáticas
exigem proteção e
cuidados adicionais

PÁG. 3

SAÚDE

Desinformação e
preconceitos prejudicam
atenção à saúde mental

PÁG. 4

DENGUE

Chuva e calor aumentam
casos e voltam a exigir
atenção dobrada

PÁG. 4

Diversidade, segurança e transparência

Nesta edição o OGMO-ES publica uma série de orientações claras e de diretrizes para prevenir, identificar e lidar com o assédio moral e sexual no ambiente de trabalho. Reiteramos as orientações e deixamos evidente o que define e o que constitui assédio sexual e moral, além de fortalecer os canais de denúncia disponíveis. Esse é um cuidado fundamental para a manutenção de um ambiente de trabalho seguro, respeitoso e inclusivo, para o bem-estar de todos e para o sucesso de nossas atividades.

Nos dias 6 e 7 de fevereiro, tivemos uma terceira edição do Seminário Capixaba de Direito do Trabalho Portuário. O objetivo foi novamente apresentar informações sobre a operação dos portos e do OGMO-ES, além de difundir entendimentos dos tribunais sobre questões do Direito do Trabalho Portuário, buscando facilitar compreensões e julgamento de processos judiciais em andamento.

As elevadas temperaturas do verão e a saúde mental são temas em destaque também nesta edição, que requerem a atenção e o cuidado de todos. As mudanças climáticas trazem novos desafios para os trabalhadores em áreas abertas e expostas ao sol. A saúde mental exige também mudanças de hábitos, muita informação e cuidados especializados para doenças já instaladas.

Boa leitura!



Wagner Luiz Feu Carvalho
Gerente-executivo do OGMO-ES

Seminário Capixaba discutiu as transformações nas relações de trabalho

Evento reuniu representantes da advocacia capixaba, do Poder Judiciário, de sindicatos e operadores portuários

Nos dias 6 e 7 deste mês, o OGMO-ES, com o apoio institucional da Federação Nacional das Operações Portuárias (FENOP), realizou, no Sheraton Hotel Vitória, o III Seminário Capixaba de Direito do Trabalho Portuário.

O evento reuniu nomes da advocacia e do Poder Judiciário capixaba, do Ministério Público do Trabalho (MPT), de representantes de sindicatos do trabalho e operadores portuários, além de magistrados dos tribunais regionais, como o desembargador Celso Peel Furtado de Oliveira, do Tribunal Regional do Trabalho (TRT) 2ª Região, e ministros do Tribunal Superior do Trabalho (TST), como o ministro aposentado Renato Lacerda Paiva, a ministra Morgana de Almeida Richa e o ministro Douglas Alencar Rodrigues, a quem coube a palestra magna de abertura.

Na ocasião foram expostos e discu-

tidos temas como “Segurança Jurídica e Liberdade Econômica”, “Características da Forma e Modelo da Folha de Pagamento dos TPAs”, o “Princípio da Intervenção Mínima na Autonomia da Vontade Coletiva”, o “Adicional de Riscos” e até “O Protagonismo do STF e a Segurança Jurídica no Sistema de Justiça”.

Segundo a advogada do OGMO-ES, conselheira da OAB-ES e coordenadora do Comitê Jurídico (COMJUR) da FENOP, Flávia Fardim, “o seminário foi muito importante, porque estamos passando por transformações sociais que vêm se refletindo nas relações de trabalho. Desse modo, são necessárias discussões para adequações, análises de propostas e negociações, com o intuito de aproximar e equilibrar dois importantes postulados constitucionais: a livre iniciativa e o princípio da valorização do trabalho”.



EXPEDIENTE Ano XIX - Número 109
Outubro-Novembro-Dezembro 2024

Jornal Mar Aberto é uma publicação trimestral do Órgão de Gestão de Mão de Obra do Trabalho Portuário Avulso do Estado do Espírito Santo | OGMO-ES
Avenida Pres. Getúlio Vargas, nº 556 (prédio anexo ao armazém 3 da Codesa), CEP: 29.010-420 - Centro, Vitória - ES | Telefone: (27) 3212-6588 | www.ogmoes.com.br

Conselho editorial: Gabriel Carneiro, Lourival D'Avila Junior, Marciano Silvério da Silva, Mariana dos Reis Ribeiro, Raphael Rizzi Cardoso, Wagner Luiz Feu Carvalho

Participe enviando sugestões ou comentários pelo telefone (27) 3212-6554 ou pelo e-mail maraberto@ogmoes.com.br

Produção Editorial: W Comunica (27) 99989-8557 | www.wcomunica.com.br | Jornalista responsável: Wellington Nunes Jevaux;
Revisão: Andréia Pegoretti; Diagramação: Denise Zambelli.

Altas temperaturas do verão exigem cuidados redobrados

Mudanças climáticas requerem cuidados adicionais para evitar a desidratação e insolação

O verão é sempre uma estação de muito calor e chuvas. O que pode mudar de um ano para o outro é a intensidade. Neste ano, temos muita chuva e muito sol, com elevadas temperaturas, o que exige de todos o cuidado redobrado com a hidratação, para evitar a desidratação e a insolação.

O trabalho a céu aberto, muitas vezes realizado pelos operadores portuários, passa a requerer cuidados extras.

O trabalho a céu aberto, muitas vezes realizado pelos operadores portuários, passa a requerer cuidados extras.



CLIMA EXTREMO: COMO O TRABALHADOR PODE SE PROTEGER DA EXPOSIÇÃO AO SOL

FIQUE ATENTO ÀS MEDIDAS DE SEGURANÇA

- **Hidrate-se:** beba bastante água antes, durante e após o trabalho, mesmo que não sinta sede.



- **Use roupas leves e confortáveis:** opte por roupas de algodão ou outros tecidos respiráveis que permitam a circulação do ar. O material do uniforme é 100% algodão.

- **Proteja-se do sol:** óculos de segurança escuros, sempre que possível, e protetor solar com FPS 30 ou superior.



- **Coma alimentos leves e nutritivos:** evite alimentos pesados e gordurosos que podem dificultar a digestão e aumentar a sensação de calor.

CASO APRESENTE ESTES SINTOMAS, PROCURE ATENDIMENTO MÉDICO

Desidratação (alguns sintomas):

- Sensação de sede constante;
- Urina amarelo-escuro e com cheiro forte;
- Boca seca;
- Dor de cabeça;
- Tontura e fraqueza.

Insolação (alguns sintomas)

- Pele muito avermelhada, quente e seca;
- Dor de cabeça;
- Aumento da temperatura corporal;
- Aumento dos batimentos do coração e respiração rápida;
- Sede, boca seca e olhos secos e sem brilho;
- Enjoos e vômitos;
- Fraqueza.

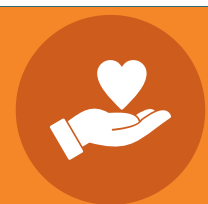
LEMBRE-SE:

- A sua saúde é o mais importante. Não hesite em pedir ajuda se precisar.
- Comunique a seus colegas e supervisores sobre qualquer problema de saúde relacionado ao calor.

Fontes: Folheto Calor, da Fundacentro

Para mais informações sobre os riscos do calor e como se proteger, consulte o folheto "Calor", da Fundacentro: <https://www.gov.br/fundacentro/pt-br>

Fevereiro
Laranja
 Laranja
 Mês de conscientização sobre a
Leucemia
 informe-se, proteja-se, seja um doador!



INFORMAÇÃO E SOLIDARIEDADE
seja um doador de medula óssea

Ogmo
Espírito Santo

Janeiro Branco 2025: um convite nacional para a promoção da saúde mental

Desinformação e preconceitos prejudicam a atenção necessária à saúde mental

No início de 2025, o Brasil abraça novamente a Campanha Janeiro Branco, o movimento brasileiro sobre saúde mental. A campanha se consolidou como um marco no calendário brasileiro e, desde 2023, é reconhecida oficialmente como Lei Federal (Lei 14.556/23).

Com o tema de 2025, “O QUE FAZER PELA SAÚDE MENTAL AGORA E SEM-



PRE?”, a campanha busca engajar indivíduos, famílias, empresas e instituições públicas e privadas em ações concretas que estimulem a valorização da saúde mental como prioridade coletiva.

Por que janeiro?

Assim como o mês de janeiro marca o início de um novo ciclo, a campanha utiliza esse período cheio de simbolismos como uma oportunidade para inspirar as pessoas a repensarem suas vidas, identificarem metas pessoais e cuidarem de aspectos emocionais muitas vezes negligenciados.

Por que a cor branca?

A campanha convida as pessoas a pensarem suas vidas e suas relações interpessoais como “folhas, telas ou murais em branco”. Desse modo, o Janeiro Branco simboliza a possibilidade de novos começos e a construção de vidas, assim como de relações sociais mais sinceras, autênticas, sustentáveis e saudáveis.

A relevância da campanha:

Segundo o Global Mind Project (pesquisa que divulga dados anuais sobre o bem-estar no planeta), o Brasil enfrenta desafios significativos em saúde emocional pós-pandemia. Entre os entrevistados, **34% relatam angústia**, enquanto **38% estão em processo de recuperação**, com **jovens abaixo de 35 anos sendo os mais afetados** (fonte: mentalstateoftheworld.report).

Na América Latina, o **Brasil é o país com maior prevalência de indivíduos com pressão alta**, além de ser o segundo país com maior

prevalência nas Américas, segundo a Organização Mundial da Saúde/OMS (fonte: Ministério da Saúde e OMS). **Em relação a transtornos de ansiedade, o Brasil é o líder no mundo.** Novos dados divulgados em 2023 apontam que 26,8% dos brasileiros receberam diagnóstico médico de ansiedade (fonte: Covitel 2023).

A taxa de suicídio entre jovens cresceu 6% ao ano no Brasil entre 2011 e 2022. Já as taxas de notificações por autolesões na faixa etária de 10 a 24 aumentaram 29% a cada ano nesse mesmo período. O crescimento foi superior ao da população em geral, em que a taxa de suicídio aumentou, em média, 3,7% ao ano, enquanto os casos de autolesão tiveram uma elevação anual de 21% no mesmo período. Entre 2000 e 2019, o número de casos no Brasil subiu 43%, segundo a Fiocruz.

“Mente e corpo são interligados e, por isso, quando os níveis de ansiedade estão muito elevados, é comum que ocorram efeitos psicossomáticos, como tensão, dores de cabeça, dores musculares, problemas gástricos e digestivos, além de alterações emocionais, dificuldade de concentração, insônia, perda de memória, irritabilidade e instabilidade do humor”, informa a médica do Trabalho do OGM-ES, Maria José Zanardi.

Dicas para uma vida com mais saúde física e mental

Faça atividades físicas



Relaxe a sua mente todos os dias

Pratique uma atividade de lazer



DicaOgmo

Verão pede cuidado intenso contra a dengue

Temperaturas mais quentes e períodos chuvosos criam ambiente apropriado para a proliferação do *Aedes aegypti*, transmissor de doenças como dengue, zika e chikungunya. Por isso, os cuidados têm que ser redobrados no verão.

Os nove passos básicos para afastar o mosquito são: manter caixas, tonéis e barris de água tampados; colocar o lixo em sacos plásticos; não jogar lixo em terrenos vazios; guardar garrafas com a boca para baixo; encher pratos de planta com areia; retirar a água de pneus velhos guardados; limpar as calhas com frequência; lavar, pelo menos uma vez por semana, recipientes usados para guardar água; trocar semanalmente a água de vasos de plantas aquáticas.