

# Toda Trabalhadora e Trabalhador do Cuidado merece **TRABALHO DECENTE, REMUNERAÇÃO JUSTA E UM LOCAL DE TRABALHO SAUDÁVEL E SEGURO**

## A REALIDADE QUE ENFRENTAMOS

O cuidado é um serviço público fundamental. O trabalho do cuidado é essencial para a existência e bem-estar da sociedade e para satisfazer nossas necessidades básicas vitais.

O trabalho de cuidado remunerado inclui todas e todos aqueles que trabalham com cuidado de crianças, pessoas idosas ou com deficiência, cuidados de longo prazo, enfermagem, serviços de saúde sociais e comunitários, atenção domiciliar e trabalho doméstico remunerado.



# PRINCIPAIS PERIGOS NO LOCAL DE TRABALHO

A CRISE NO SISTEMA DE CUIDADOS ESTÁ AMEAÇANDO OS DIRETOS, A SAÚDE E A SEGURANÇA DOS TRABALHADORES E TRABALHADORAS DO CUIDADO



## RISCOS FÍSICOS E ERGONÔMICOS

- Trabalho pesado, movimentos repetitivos, más posições, longos períodos em pé
- Fadiga e tensão durante longas horas, trabalho irregular, constantemente alterado e noturno
- Deslizamentos, quedas, barulho e temperaturas extremas
- Deslocamentos inseguros entre trabalhos



## INSEGURANÇA NO EMPREGO

- Trabalho temporário, em tempo parcial, zero horas e baseado em plataformas
- Trabalho mal pago e desvalorizado
- Horas de trabalho instáveis e tempos de deslocamento não pagos
- Trabalho precário é trabalho inseguro

## RISCOS BIOLÓGICOS, CLIMÁTICOS E QUÍMICOS

- Exposição a bactérias, infecções e vírus, incluindo COVID-19
- Contato com fluidos corporais, produtos de limpeza químicos e toxinas nocivas
- Higiene insuficiente e gestão inadequada do lixo
- Ameaças relacionadas ao clima
- Acesso inadequado a instalações para lavagem de mãos e sanitização

A violência e assédio no local de trabalho constitui uma severa ameaça para os e as trabalhadoras do cuidado. Os índices de casos têm aumentado. As fracas políticas existentes significam que sua ocorrência tem se normalizado como “parte do trabalho”.



## FALHAS NO LOCAL DE TRABALHO

- Falta de EPI
- Desenho ineficiente de equipamentos e instalações
- Sistemas de SST insuficientes
- Escassa comunicação
- Treinamento e supervisão insuficientes
- Falta de mecanismos de reporte

## RISCO PSICOSSOCIAL

- Estresse, burnout, ansiedade, depressão
- Horários irregulares
- Suporte e insumos limitados para os trabalhadores
- Descanso inadequado
- Isolamento
- Vigilância e monitoramento digital
- Violência e assédio de pacientes, visitantes ou público

## O IMPACTO

- Danos, Adoecimento, exaustão
- Piores impactos para mulheres, migrantes e minorias
- Baixa sindicalização

Precisamos agir juntos e juntas!

**UNA-SE A SEU SINDICATO**

PSI

## ENVOLVA-SE E COBRE

- Remuneração justa e segurança no emprego
- Locais de trabalho seguros e saudáveis
- Normas fortes de SST
- Voz para os e as trabalhadoras e proteção do sindicato

## PRINCÍPIOS FUNDAMENTAIS

- Identificar, prevenir e controlar os perigos
- Direito de saber
- Direito de participar
- Direito de recusar trabalhos inseguros

## TRATAR DOS RISCOS PSICOSSOCIAIS

- Pausas regulares
- Carga de trabalho justa e contratação suficiente
- Zero tolerância para violência
- Suporte de saúde mental
- Tratamento igual

**TRABALHO SEGURO,  
JUSTO E DECENTE  
PARA TODAS E TODOS  
OS TRABALHADORES  
DO CUIDADO**

Juntos e juntas  
podemos tomar medidas!

Hierarquia de Controles: eliminar, substituir, engenharia, administrativo, EPIs

## AVALIAÇÃO DE RISCO

- Identificar perigos
- Quem está em risco
- Hierarquia de controles
- Atribuir responsabilidades
- Revisão periódica
- Usar mapeamento de perigos, pesquisas com trabalhadores/as, auditorias
- Garantir avaliações sensíveis à questão de gênero
- Reconhecer os riscos climáticos



## PARTICIPAÇÃO DOS E DAS TRABALHADORAS E DOS SINDICATOS

- Reportar os perigos
- Participar nas decisões de segurança
- Proteger os direitos de recusa
- Sindicatos fortalecem SST

## CONHECIMENTO É PODER

- Treinamento contínuo em SST
- Retreinamento depois de incidentes
- Adaptar os treinamentos para os grupos vulneráveis



## PREVENÇÃO DA VIOLÊNCIA NO LOCAL DE TRABALHO

- Avaliações de risco
- Mecanismos de reporte claros
- Treinamento
- Cuidado pós-incidentes
- Registrar os quase incidentes

## DESENVOLVER PROGRAMAS DE SST

- Políticas escritas
- Pessoa responsável
- Comitês conjuntos
- Checagem de riscos
- Planos de higiene e resiliência climática
- Proteção à testemunha

## LUTAR POR TRABALHO DECENTE

- Remuneração justa, contratos estáveis
- Contratação segura
- Direito de sindicalização e negociação
- Investimento em serviços públicos

Precisamos agir juntos e juntas!

**UNA-SE A SEU  
SINDICATO**

PSI

## TRABALHO DE CUIDADO INFORMAL

- Sem contrato, sem proteções legais, sem seguridade social
- Classificação errônea como trabalho voluntário
- Falta de reconhecimento
- Remuneração baixa ou nula
- Trabalho precário
- Supervisão fraca
- Trabalho inseguro, desregulado

## RISCOS FÍSICOS

- Manipulação manual, trabalho pesado, movimentos repetitivos
- Fadiga, tensão, longas horas
- Deslizamentos, quedas, temperaturas inseguras
- Deslocamento inseguro entre lares
- Falta de água, sanitização, higiene
- Escassa infraestrutura
- Perigos climáticos

# TRABALHO DE CUIDADO SEGURO E DIGNIFICADO

## RISCOS BIOLÓGICOS Y QUÍMICOS

- Exposição a infecções
- Contato com fluidos corporais e produtos de limpeza
- Manejo inseguro do lixo
- Sanitização inadequada

Os e as trabalhadoras do cuidado informais enfrentam esses riscos sem treinamento ou EPIs.

**Os e as trabalhadoras do cuidado informais merecem trabalho decente, remuneração justa e um local de trabalho saudável**



## RISCOS PSICOSSOCIAIS

- Estresse, ansiedade, depressão
- Muitas horas com pouco descanso
- Isolamento
- Deslocamento inseguro
- Falta de reconhecimento

## VIOLÊNCIA E ASSÉDIO

- Físico, sexual,
- verbal, psicológico
- Sistemas de denúncia fracos
- Medo de retaliação
- Considerado como “parte do trabalho”
- Falta de representação



As e os trabalhadores  
são excluídos das leis e  
proteções do trabalho.

## IMPACTO

- Maior exposição a danos, adoecimento, exaustão
- Baixa organização e pouco poder de barganha

## DEMANDA

- Salários decentes
- Acesso a EPI, treinamento e proteção social
- Liberdade de associação
- Forte aplicação de SST



Precisamos agir  
juntos e juntas!

**UNA-SE A SEU  
SINDICATO**

PSI

Direitos fundamentais sobre SST:

**Direito de saber**

**Direito de participar**

**Direito de recusar trabalhos inseguros**

# **TRABALHADORES E TRABALHADORAS DO CUIDADO INFORMAIS PRECISAM TOMAR MEDIDAS**

## **IDENTIFICAR PERIGOS**

- Físicos, químicos, biológicos, ergonômicos, psicossociais
- Instruções passo a passo, mapeamento do perigo, pesquisas, auditorias
- Registrar os perigos

## **CONTROLAR OS PERIGOS**

- Eliminar, substituir, engenharia, administrativo, EPIs

## **AVALIAR OS RISCOS**

- Avaliar a probabilidade e a severidade

## **TRATAR DOS RISCOS**

- Usar EPIs
- Compartilhar conhecimento
- Fazer intervalos
- Reconhecer o estresse
- Permanecer seguro/a quando trabalhar sozinho/a



## APRENDER E COMPARTILHAR CONHECIMENTO

- Treinamento, oficinas entre pares
- Checagens informais de segurança
- Prevenção de violência
- Conscientização

Precisamos agir juntos e juntas!

**UNA-SE A SEU SINDICATO**

PSI

## FORMALIZAÇÃO E RECONHECIMENTO

- Exigir contratos, pagamento justo, proteção social, cobertura de SST



## ESTAR ENVOLVIDOS/AS COM SEGURANÇA

- Manter registros
- Atualizar planos de segurança
- Documentar os incidentes
- Criar mecanismos de reporte

## REFUSAR TRABALHO INSEGUNDO

- Estabelecer limites
- Recusa coletiva
- Documentar condições inseguras

## ORGANIZAR COLETIVAMENTE

- Formar grupos, cooperativas, associações
- Conectar-se com sindicatos
- Identificar a negociação
- Contrapartes
- Documentar experiências

**Trabalho seguro,  
justo e decente  
para todas e todos  
os trabalhadores  
do cuidado**

**Os quadros normativos internacionais estabelecem normas mínimas de SST.**

# **NORMAS DE SAÚDE E SEGURANÇA NO TRABALHO PARA TRABALHADORES/AS DO CUIDADO**

## **CONVENÇÕES IMPORTANTES DA OIT:**

- C155: Saúde e Segurança no Trabalho
- C187: Quadro de Promoção para SST
- C161: Serviços de Saúde do Trabalho
- C170: Químicos
- C192: Perigos Biológicos (2025)
- Convenção da OIT 190 sobre Violência e Assédio

## **QUADROS DA ONU**

- DUDH – direito ao trabalho decente
- ODS 8 – trabalho decente e locais de trabalho seguros

## **NORMAS ISO**

- ISO 45001 – sistemas de gestão de SST

As convenções guiam a negociação coletiva.

A OIT não tem poder de aplicação; a ação no local de trabalho é essencial.





Precisamos agir  
juntos e juntas!

**UNA-SE A SEU  
SINDICATO**

PSI

Globalmente, o sistema de cuidados está em crise. Os sistemas de cuidados existentes são injustos, desiguais e insustentáveis. A demanda por cuidados continua aumentando, mas o sistema atual falha em atender as necessidades da sociedade. Medidas de privatização, sucateamento e austeridade tem minado os recursos dos sistemas de cuidados, priorizando o lucro antes do bem-estar.

Os sistemas de cuidados se baseiam principalmente na exploração de mulheres, migrantes e minorias. Apesar de suas contribuições vitais, elas e as trabalhadoras enfrentam discriminação, baixas remunerações e condições de trabalho inseguras. Seu trabalho é desvalorizado, mal pago e superexplorado.

A força de trabalho feminizada e racializada reflete os profundos desequilíbrios de poder do sistema atual. As injustiças enfrentadas pelos trabalhadores e trabalhadoras são maiores para estas últimas, que experimentam múltiplas e interseccionalizadas formas de discriminação, por causa de sua classe, raça, orientação sexual, deficiência, idade ou status migratório.

