

Publicação:

GRUPO  
**CAMETRA**

SAÚDE E SEGURANÇA | DIAGNÓSTICO | CENTRO DE TREINAMENTO

**CAMETRA**  
MEDICINA DO TRABALHO  
Centro de Atendimento em Medicina do Trabalho  
Santa Maria - RS



# InfoPREV

Santa Maria | Ano 1 | nº12 | Junho de 2018

[www.cametra.com.br](http://www.cametra.com.br)

Jornal das empresas do  
**GRUPO CAMETRA**  
Distribuição Direcionada/Gratuita

Fotos reprodução

Em clima de mês dos namorados, pautamos esta edição para falar não só de amor e, sim, de relacionamentos.

Vale lembrar que a palavra relacionamento se estende cada vez mais em todas as nossas relações, todos os dias. Queremos falar sobre temas importantes, que vêm ganhando destaque na sociedade com um todo.

### Como as pessoas se relacionam?

Esta pergunta parece não ter relação com o dia dos namorados, porém, o grande vilão desta data pode estar por traz do que menos esperamos. Lembram daquele dia em que vocês chegaram em casa e discutiram, discutiram e, sem saber, continuaram a discutir? E lá no final vocês param e tentam entender como começou, e pior, como chegou naquele ponto?

Lembra de um dia em que você discutiu e defendeu de forma até agressiva suas ideias na empresa, gerando um certo “conflito” na sua relação com os colegas? Rotulado como “tá estressadinho hoje”. E depois você para e não sabe porque agiu daquela forma.

### Para os técnicos comportamentais, isso pode até se chamar impulso não controlado. Mas de onde ele vem?

Nesta edição queremos que você entenda que a vida é e está 100% conectada.

As relações de trabalho, inevitavelmente, se misturam com as relações de família, e vice-versa.

Queremos mostrar que a vida passa de forma veloz para nos prendermos em (pré)conceitos. **Nossas relações precisam cada vez mais de auto-conhecimento, de entender como funcionamos.**

Depois disso, aí sim, tentar entender e se relacionar com o outro.

**Falar menos, escutar mais.** Agir de forma pensada. Contar até dez. **E como dica**, fica uma técnica antiga, mas que funciona. Escreva um e-mail, de preferência em um momento de brabeza. Quase que ele se torna uma sessão de descarrego. Porém, não envie. 1 ou 2 horas depois, releia e veja se, de fato, você o enviaria.

Neste junho, **queremos qualidade nas relações, entre empresas, entre casais, entre fornecedores, entre tudo que se relaciona e que possa gerar magia a outras pessoas.**

Curta mais, carregue menos rancor, discuta menos. Só assim o dia dos namorados será, de fato, todos os dias. Ótima leitura a todos.

*Leandro Custódio*  
CEO Grupo Cametra



## RELACIONAMENTOS



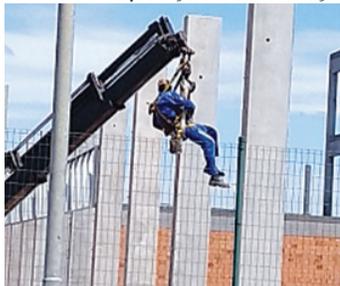
Reprodução

### GESTÃO

A “Geração Canguru” e os reflexos nos relacionamentos

Página 02

Reprodução / Revista Proteção



### SEGURANÇA

Confira itens indispensáveis para que a relação com a segurança se mantenha saudável

Página 03

### GESTOR EM FOCO

3 casais empreendedores contam como é compartilhar a vida e o trabalho

Página 05

# O que a temporada na casa dos pais tem a ver com relacionamentos

Nos últimos anos, é visível o crescimento de uma nova geração que tem tudo a ver com nossa edição de junho, a GERAÇÃO CANGURU, dos filhos que tem um relacionamento prolongado com a casa dos pais. Quando falamos de relações, é inevitável afirmar que nosso método de criação tem uma forte participação nos reflexos das relações que temos e teremos pelo resto de nossas vidas, seja como maridos, seja como esposas, seja na sociedade como um todo.

O tempo prolongado que ficamos na casa de nossos pais, sendo “criados” com as regras desta casa, influenciam ou não o que seremos no futuro, nas nossas relações? E com nossos negócios, com nossas esposas e maridos?

No final de maio, uma notícia causou polêmica no mundo. Pais entraram na justiça para tirar o filho de casa. E ganharam. Pode isso?

Ainda mais se falando de um país como os EUA, um país capitalista e pragmático, que tem em sua cultura a independência das crianças desde cedo. Mas, neste caso, o que aconteceu? Estaríamos falando de um membro da GERAÇÃO CANGURU perdido nos EUA?

## MAS O QUE É ESSA TAL DE GERAÇÃO CANGURU?

Vamos lá: são jovens com idade entre 25 e 34 anos que têm adiado ao máximo a saída da casa dos pais. Por diferentes motivos, esse cenário vem crescendo, segundo o IBGE, que também afirma: a maioria são homens. Mas, voltando ao caso dos EUA. A decisão dos pais, que moram numa pequena

cidade do estado de Nova Iorque, aconteceu em fevereiro deste ano, depois de uma briga em família. Dali por diante, o filho teria ignorado 5 cartas de despejo emitidas pelos pais. Cartas de despejo? Isso mesmo. Então o caso foi parar na justiça. Os pais chegaram a oferecer aproximadamente R\$4.000,00 para que ele tomasse a atitude de se mudar e imploraram para que o filho conseguisse um emprego. Bom, estamos vendo um caso extremo. Será? E se essa moda pega aqui no Brasil?

O caso dos EUA traz somente um alerta. Para nos tornarmos bons maridos e boas esposas, além de muito amor, o ser “completo” deve começar a ser trabalhado desde cedo. Aprender a ter responsabilidades e autonomia de ação. Do contrário, você será levado pela parte que desenvolveu esta competência de forma a fazer a diferença.

Aqui, não faço qualquer apologia a sair de casa cedo, de forma alguma. Mas se você estiver focado em um futuro melhor nos seus relacionamentos, na sua vida profissional, nas suas relações de grupo, desenvolva suas competências, puxe as responsabilidades desde cedo, aprenda a lidar com a derrota, com o fracasso e a levantar-se. Seja morando na casa dos pais, seja morando sozinho(a).

Não se trata de desenvolvimento precoce. Trata-se de expectativa X realidade. Mesmo com este portfólio de atributos positivos, a vida ainda será dura, mas você estará preparado para ela. Pois uma vida de hotel, essa virá pelo mérito e pela conquista.

Fotos reprodução



Leandro Custódio  
Psicólogo | CEO Grupo Cametra



## RELACIONAMENTOS E APRENDIZADOS

1) Os relacionamentos são construídos também a partir de aprendizados e vivências. Nossa resiliência frente aos problemas e situações difíceis nos relacionamentos pode estar diretamente ligado a que tipo de regras e recompensas fomos submetidos na nossa criação, leia-se, na casa dos pais.

2) Se você tem entre 25 e 34 anos e ainda mora com os pais, possivelmente você pode estar no grupo que saudavelmente, dentro de uma estratégia desenhada, está tentando gerar economias para um futuro melhor; ou pelo menos com menos dificuldade financeira. Isso é o que apontam pesquisadores. Fatores financeiros e aumento do custo de vida têm tornado mais evidente esta situação.

3) Ok. Você ficou em casa. De que forma este cenário pode ser produtivo para sua vida futura? Você ajuda nas contas da casa? Você é responsável por atividades de comum convívio do tipo: lavar a louça, arrumar a sua cama e ajudar na limpeza da casa? Não? Opa. Estamos falando de um hotel então?

4) Vamos à possibilidade: Você vive numa vida “hotel” e tem somente como foco a redução de custos e a comodidade de ter café da manhã pronto ao levantar. Ai, você conhece a mulher/homem da sua vida, e como será? Terá que aprender do zero? A expectativa do sucesso de seu casamento estará em uma boa empregada? Pois é. Se pensarmos que a forma de passar pela geração canguru pode ser positiva, perfeito. Redução de custos com aprendizado coletivo. Porém, não trabalha, não ajuda na casa, não puxa para si atribuições mínimas como a conta da água, que responsabilidade estamos criando? Quem será este marido/esposa? Depois falamos que os relacionamentos não deram certo, ou melhor, não achei a minha alma gêmea. Será que para muitos a alma gêmea não seria uma personagem chamada doméstica? E atenção. Não estamos falando se existe amor ou não. Pois se existe, louça se aprende rapidinho a lavar.

## 10 PERGUNTAS COM UM PROPÓSITO

### Como você está na conquista diária do seu relacionamento?

Todo mundo espera melhorar o relacionamento de alguma forma. Não necessariamente o seu namoro vai mal ou o seu casamento parece esfriar cada dia mais, mas a gente sempre busca demonstrar cada dia mais o carinho que sente pelo outro e estreitar os laços de parceria. Mas como melhorar o relacionamento sem cair naquelas dicas furadas e pouco práticas? Simples, pensando em pequenas atitudes do dia a dia que podem ajudar você nesse processo.

#### 1. VOCÊ OLHA OU TEM VONTADE DE OLHAR O CELULAR ALHEIO?

A gente sabe que a curiosidade bate forte e que é difícil resistir à tentação de esticar o pescoço para ver a mensagem que acabou de apitar no telefone ao lado. Porém, SEJA FORTE! Um relacionamento funciona na base da confiança e você não melhora essa ligação lendo as mensagens do outro. Pelo contrário, você cria uma sensação de desconfiança entre vocês. Cada um tem direito à sua própria privacidade.

#### 2. VOCÊS FALAM DO QUE NÃO FOI LEGAL?

Você se incomodou com alguma coisa? O seu parceiro disse algo de um jeito que te deixou desconfortável? Ele fez alguma coisa que não te agradou? Fale. O pior que você pode fazer é guardar no peito essas milhares de pequenas coisas que te incomodam e que vão crescendo com o tempo, até virarem uma grande bola de neve difícil de controlar.

#### 3. VOCÊS ELOGIAM O QUE FOI INCRÍVEL?

É possível a gente cair num lugar em que só critica o outro o tempo inteiro e esquece de reconhecer o que a outra pessoa faz de legal. Lembre-se de elogiar o seu parceiro quando o elogio for devido – se ele fez alguma coisa que você gostou, se ele foi bem no trabalho, se ele agiu de uma forma que você achou super bacana... Essa troca é importante, porque todo mundo quer ser reconhecido pelo que faz (mas, curiosamente, se prende mais às críticas do que aos “poucos” elogios que recebe). Ou seja, encontre um equilíbrio e lembre de falar sobre o que é legal tanto quanto sobre o que não é.

#### 4. VOCÊ FAZ O EXERCÍCIO DE SE COLOCAR NO LUGAR DO OUTRO?

Com uma pergunta, você descobre se o que você vai fazer é bom: o que eu sentiria ou falaria se ele fizesse a mesma coisa comigo? Pronto, você automaticamente se colocou no lugar do outro e vai ter uma ideia melhor se o que você está fazendo é, de fato, algo legal para vocês.

#### 5. VOCÊS SE BEIJAM TODOS OS DIAS?

Você sabe qual a importância de manter o toque presente no relacionamento de vocês? Não é de sexo que estamos falando, mas de manter a intimidade e a proximidade vivas entre vocês dois. Crie um hábito de sempre dar um beijo quando um de vocês está indo trabalhar, troquem um abraço quando se reencontram à noite e, enfim, manter o toque presente. Dar as mãos ao passear na rua, sentar abraçado no sofá... Tudo que acenda e mantenha viva essa ligação entre vocês.

#### 6. VOCÊS VÃO DORMIR NO MESMO HORÁRIO? DE VERDADE?

Parece uma bobagem vocês irem dormir na mesma hora, mas acredite que esse é um detalhe importante. Se vocês não conseguem muito tempo sozinhos durante o dia, esse é o momento de aproveitarem a companhia um do outro e formarem essa relação de parceria e cumplicidade.

#### 7. VOCÊ SABE OS GOSTOS DO SEU PARCEIRO (A)?

Ok, vocês se amam, têm interesses em comum e um relacionamento firme. Mas você sabe o filme preferido do seu parceiro? Ou a comida que ele gosta de comer quando está

Como nossa edição de junho é voltada para o mês nos namorados, queremos saber como está o seu desempenho no caminho da conquista diária. É fácil. Marque com um “X” o que você já vem fazendo. Caso você não faça, o desafio da edição é: crie uma ação para atender esta dica. Tire de sua mente. Faça. O segundo desafio é: continue fazendo. Fazer uma vez é tranquilo, a continuidade é o grande desafio. Vamos lá?



doente? Ou se ele é uma pessoa mais da manhã ou da noite? Crie o hábito de fazer perguntas sobre a outra pessoa para conhecê-la melhor e saber o que anda rondando a mente dela.

#### 8. VOCÊ DESLIGA O CELULAR POR MOMENTOS?

... Ou deixe o aparelho bem longe da cama ou da mesa de jantar. Você não quer ser o tipo de pessoa que passa mais tempo vendo o feed do Instagram do que prestando atenção na pessoa que está bem na sua frente, não é mesmo?

#### 9. VOCÊ CONFIRMA COM O SEU PARCEIRO AS DECISÕES DO DIA A DIA?

É óbvio que, para diminuir a carga, é importante as duas pessoas de um relacionamento terem uma pró-atividade para resolver as coisas no dia a dia. Mas não custa nada avisar e confirmar as decisões que estão sendo tomadas. Por exemplo, que vocês vão em um almoço com a família dele no fim de semana, ou que você vai mandar as camisas para a lavar porque essa semana ninguém terá tempo de passá-las em casa.

#### 10. VOCÊ TEM O HÁBITO DE MARCAR ENCONTROS ROMÂNTICOS COM SEU PARCEIRO(A)?

É isso não tem nada a ver com apimentar o relacionamento, mas com vocês dois tirarem um tempo para ficarem juntos e fazerem coisas diferentes da rotina.

Fonte: Texto escrito por Marcela De Mingo, publicado no Superela e adaptado por Leandro Custódio para esta edição

Relacionamento em SST

# Uma questão de amor, ódio e morte

Numa edição especial, que fala sobre relacionamentos, cabe uma pergunta importantíssima na área de SST: como está o relacionamento entre sua equipe técnica (própria ou terceira), sua equipe de gestão de gente, assessoria contábil, departamento jurídico e alta direção (proprietários)?

Normalmente, em um relacionamento, quando as coisas começam a andar de forma turbulenta, vários podem ser os motivos, porém, um sempre está entre eles: o diálogo. Paralelo à falta dele, vem o desencontro de propósitos. E se a coisa ainda piorar, você chega no limite e troca de marido/esposa.

Anos depois (sendo otimista) você começa a ver novamente os mesmos problemas brotando depois de uma pequena discussão no NOVO RELACIONAMENTO. Um relato simples que tranquilamente pode ser utilizado aqui, no nosso mundo de SST. O quanto as partes interessadas estão se conversando para não realizarem ações isoladas, ou pelo menos ações que não estão em busca do mesmo propósito?

**Não veja a morte de sua empresa devido a este setor. Torne saúde e segurança parte da cultura do seu negócio**

O quanto estas ações isoladas não causam alegrias momentâneas e sofrimentos eternos? Sim leitores, estamos falando de relacionamentos e SST. E neste relacionamento, como em todos, existem obrigações de cada uma das partes. E é aqui que desejo me deter nesta edição. Vamos falar por exemplo sobre as normas mínimas para operar uma empresa, e repito, mínimas, como se fosse um casamento. Vamos ver?

As Normas Regulamentadoras - NR, relativas à segurança e medicina do trabalho, são de observância obrigatória pelas empresas privadas e públicas e pelos órgãos públicos da administração direta e indireta, bem como pelos órgãos dos Poderes Legislativo e Judiciário, que possuam empregados regidos pela Consolidação das Leis do Trabalho - CLT.

Mas, de fato, será que estas normas fazem parte das reais obrigações dos gestores e empresários? Esta pergunta se faz necessária diante de um cenário em que algumas empresas ainda (na sua política de relações) delegam os cuidados com saúde e segurança de seus funcionários exclusivamente a outros, sejam eles quem forem.

Se você for perguntar a um gestor de empresa o que é NR01, qual a resposta que você receberá? Vamos fazer um exercício? A pergunta é para você: o que fala a NR01?

Vejam. Esta norma, que versa sobre DISPOSIÇÕES GERAIS, traz em seu

conteúdo itens que são de fundamental entendimento dos gestores da empresa, e não só do SESMT e área de SST. Para algumas empresas no RS, o relacionamento amoroso entre as áreas já evoluiu, o setor de SST já está no topo mais alto do organograma da empresa, tendo em vista o entendimento da alta direção de que um dos maiores patrimônios de uma empresa são as pessoas, ativas, e preferencialmente pessoas com saúde atuando em ambientes seguros.

Para que vocês percebam a dimensão do problema de relacionamentos, onde nem todos falam a mesma língua, vou citar somente um item desta norma que muitas, mas muitas empresas negligenciam no seu dia a dia. E atenção: estou falando somente de UM item:

**NR01 – 1.7 Cabe ao empregador:**

(entenda-se aqui: não está escrito “cabe ao técnico de segurança”, não está escrito “cabe ao SESMT”, não está escrito “cabe ao gerente”). Esta ação deve ter, sim, a participação do empregador e a consciência do mesmo de seus impactos no negócio.

**a) cumprir e fazer cumprir as disposições legais e regulamentares sobre segurança e medicina do trabalho (veja no quadro ao lado).**

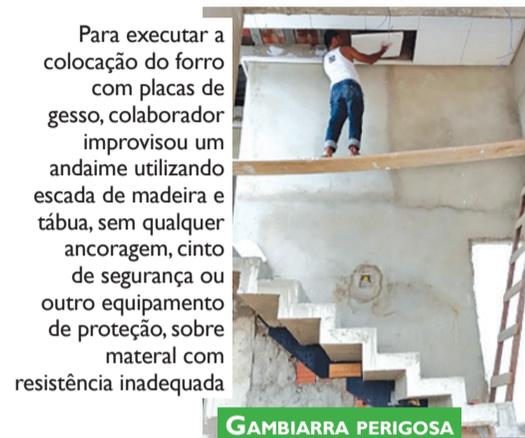
**b) elaborar ordens de serviço sobre segurança e saúde no trabalho, dando ciência aos empregados por comunicados, cartazes ou meios eletrônicos; (Alteração dada pela Portaria n.º 84, de 04/03/09) (veja no quadro ao lado).**

Não vou me prolongar mais pois em somente 01 item e duas alíneas, vimos que a questão **segurança** merece muita atenção e cuidado específico. E relembro: São 36 NRs em mais de 1000 páginas de regras e requisitos para cada atividade. E volto a dizer, estes cuidados não devem ser exclusivos da área técnica da empresa nem somente do SESMT. Eles devem, sim, fazer parte da cultura do negócio. A importância só será dada em alguns casos quando estivermos falando de morte, acidentes a partir de atos inseguros como estes das fotos, atestado médico ou processo judicial por doença ocupacional. E, ainda assim, em algumas empresas, se o processo for perdido na justiça, a culpa poderá ser projetada para o advogado. **Alerta.** Não faça isso. Não veja a morte de sua empresa devido a este setor. Torne saúde e segurança parte da cultura do seu negócio, ou espere para pagar conta e depois apague a luz antes de fechar as portas.

*Por Leandro Custódio: Psicólogo, empresário e prevencionista*



Trabalhador apoia escada na própria fiação para realizar atividade



Para executar a colocação do forro com placas de gesso, colaborador improvisou um andaime utilizando escada de madeira e tábua, sem qualquer ancoragem, cinto de segurança ou outro equipamento de proteção, sobre material com resistência inadequada

**GAMBIARRA PERIGOSA**



**CANAVIAL**

Caminhão canavieiro transportando trabalhadores rurais (carregadores de caminhão de cana-de-açúcar) em cima da carga em estrada irregular, colocando em risco a vida dos trabalhadores



Colaborador executando trabalho em altura em cima de uma escada improvisada sobre um baú com instalações precárias, sem adoção de medidas de controle como cinto de segurança conectado a ponto de ancoragem e demais EPIs necessários



**GUINDASTE**

Desrespeitando as exigências encontradas nas NRs 12 e 18, colaborador é transportado em guindaste

**Perguntas para ver se você faz**

**RESPOSTA AO ITEM A**

- 1) VOCÊ LEU** seu PPRA e PCMSO em vigência?
- 2) VOCÊ SABIA** que o PPRA e o PCMSO de sua empresa podem ser utilizados contra você em processos judiciais?
- 3) VOCÊ TEM CONSCIÊNCIA** do conteúdo que foi levantado pela equipe técnica e dos possíveis planos de ação para que os riscos da atividade sejam eliminados ou neutralizados?
- 4) VOCÊ SABIA QUE DIZER NA JUSTIÇA** “eu não sabia” e tentar projetar para um setor da empresa não é uma opção muito otimista?
- 5) VOCÊ ESTÁ EM DIA** com todos os treinamentos obrigatórios para as atividades na empresa?  
**Ex:** Obrigatórios para operador de caixa, carga e descarga, trabalho em altura entre outros.

**RESPOSTA AO ITEM B**

- 1) VOCÊ POSSUI ORDEM DE SERVIÇO** implementada em todas as atividades de sua empresa?
- 2) CASO TENHA RESPONDIDO QUE SIM, ÓTIMO.** Pergunta: nela estão contidas todas as regras de operação desta atividade, riscos, restrições, critérios mínimos para a sua realização, critérios mínimos de segurança prevendo situações extremas?
- 3) CASO TENHA RESPONDIDO QUE NÃO, PÉSSIMO.** É imaginável que muitos respondam que sim porém não registram em documento protetivo, ou seja, a Ordem de Serviço impressa e assinada e devidamente certificada ao colaborador. Ora, senhores, se vocês fizerem isto com um processo de ISO ou qualquer outra certificação de qualidade, teriam em seus relatórios melhorias, apontamentos e indicativo para não certificação momentânea. Porque fazer isso com uma área que gera muitas vezes risco de vida?
- 4) VOCÊ SABIA QUE AVISAR AO TRABALHADOR** não significa “lavar as mãos”? Significa, sim, fazer uma das partes fundamentais da prevenção. Temos outras como treinamento, validação da atividade *in loco*, monitoramento constante para que haja o cumprimento dos requisitos da atividade e o *feedback* constante através de DDS (Diálogo Diário de Segurança) e/ou outras ferramentas que possam auxiliar como possíveis meios de prevenção.

<b>12/06</b> <b>NR 17</b> Obrigatório para Op. de Caixa e Check-Out Carga horária 2h	<b>15/06</b> <b>NR23</b> Combate a Incêndio Obrigatório	<b>18/06</b> <b>NR05 CIPA</b> Obrigatório p/ TODAS as Empresas Carga horária: 20h/aula	<b>27/06</b> <b>NR23</b> Combate a Incêndio Obrigatório	<b>29/06</b> <b>NR18</b> Obrigatório para Construção Civil - (adm) Este curso pode ser In Company: na sua empresa
---	---	---	---	--

**Agenda de Cursos**  
• **Junho/2018**

\*Cursos **Obrigatórios** por determinação do MTE e NR's.

Informações e Inscrições: [tecnica@cametra.com.br](mailto:tecnica@cametra.com.br)

Agenda atualizada em [www.cametra.com.br](http://www.cametra.com.br) - (55)3026.8911

**Aproveite para conhecer nossas empresas:**

**Cametra Diagnóstico:** exames complementares abertos a comunidade. Aceitamos todos os convênios

**Cametra GESTÃO:** cursos, palestras e consultorias voltadas para gestão de pessoas e processos. Solicite nosso portfólio de ações.

**LOCAÇÃO DE IMPRESSORAS COLORIDAS**

a partir de **R\$99,00**

TECNO LÓGICA

(55) 3029-4050  
9 9937-5282  
[tecnologicasm.com.br](http://tecnologicasm.com.br)

Dia dos namorados

# Previsão de muito amor e ótimas vendas

O mês dos namorados inicia com otimismo dos comerciantes. A presidente do CDL de Santa Maria, Marli Rigo, afirma que a data é uma das mais importantes do primeiro semestre por abranger um público muito diversificado. “De floricultura à restaurantes, do mimo mais simples, ao presente sofisticado, a data mobiliza casais jovens e casais de todas as idades”, salienta.

**OS NÚMEROS DO COMÉRCIO**

A Fecomércio RS realizou uma pesquisa com consumidores das principais cidades das macrorregiões do Estado, Santa Maria, Porto Alegre, Caxias do Sul, Ijuí e Pelotas. De acordo com o estudo, 43,9% dos entrevistados preten-

de gastar o mesmo valor do ano passado, ou seja, o valor médio de R\$168,10.

Ainda de acordo com a pesquisa, os apaixonados preferem, em 47% dos casos, fazer suas compras nas lojas do centro da cidade.

A média de valores gasta pelos homens é maior que a das mulheres, R\$190,31 e R\$143,92, respectivamente. Segundo Marli, isso se deve ao fato de que os homens não fazem tanta pesquisa de preço quanto as mulheres.

Ainda segundo a pesquisa, além do presente, 53,2% dos entrevistados pretende proporcionar um evento especial, com 62,4% citando um almoço ou jantar especial em bares ou restaurantes.

De acordo com o estudo, 43,9% dos entrevistados pretende gastar o mesmo valor do ano passado, ou seja, o valor médio de R\$168,10.



**Mimos**

Confira as principais intenções de compra neste Dia dos Namorados no Rio Grande do Sul

A Assessoria Econômica da Fecomércio RS realizou uma pesquisa para avaliar as intenções de compra no Dia dos Namorados 2018. Foram entrevistados 385 consumidores de Santa Maria, Porto Alegre, Caxias do Sul, Ijuí e Pelotas entre os dias 23 e 27 de abril deste ano. Dos entrevistados, 48,1% eram mulheres e 51,9% homens.

**Qual o presente o seu amor vai ganhar?**

<p><b>Vestuário</b> 37,4%</p>	<p><b>Perfumaria</b> 16,4%</p>
<p><b>Calçados</b> 10,4%</p>	<p><b>Relógios</b> 6,5%</p>
<p><b>Flores</b> 4,7%</p>	<p><b>Celular</b> 2,9%</p>

ELETROELETRÔNICOS / ELETRODOMÉSTICOS	2,3%
ARTIGOS DE DECORAÇÃO	1,8%
CESTA COM PRESENTES	1,6%
CHOCOLATE	1,6%
LIVROS	1,3%
VIAGEM	1,0%
CHEQUE / CARTÃO-PRESENTE	0,8%
CD's / DVD's	0,5%
OUTRO	8,8%
AINDA NÃO DECIDIU	13,8%

**62,4%** vai ter um almoço ou jantar especial na data

**82,3%** das compras são realizadas com uma semana de antecedência

O gasto médio por pessoa deve ser de **R\$ 168,10**

♀ R\$ 190,31    ♂ R\$ 143,92

**Anuncie Aqui**

Sua empresa vista por mais de 10.000 pessoas  
Entregue para 2000 empresas

Solicite informações em:  
[comunicacao@cametra.com.br](mailto:comunicacao@cametra.com.br)

CRM-J - sob nº 4967-08

Central de Atendimento (55)3026.8911

**CAMETRA**  
MEDICINA DO TRABALHO

Centro de Atendimento em Medicina do Trabalho  
Santa Maria - RS

www.cametra.com.br - Santa Maria - RS

**LOCAÇÃO DE COMPUTADORES**

a partir de **R\$ 120,00**

Soluções em Impressoras e Informática

**TECNO LÓGICA**

(55) 3029-4050  
9 9937-5282  
[tecnologicasm.com.br](http://tecnologicasm.com.br)

# Em casa ou no trabalho, a união desses casais faz toda a diferença

No mês dos namorados entrevistamos três casais que estenderam a parceria para o ambiente de trabalho. Eles contam os desafios e a parte boa de se trabalhar com a pessoa amada.

Uma coisa é unânime, não existe fórmula mágica para que a parceria dê certo, o mais importante é respeito e compreensão mútuos. Essas, sim, são garantia de sucesso.



**Enio Cezar Ventura Alves**, 46 anos e **Lissandra Hoehr Skrebsky**, 44, trabalham juntos há 6 anos com foco no futuro da empresa e da realização dos seus planos, o que, segundo eles, envolve muita cobrança, tolerância e admiração mútua. "No início foi mais difícil, em razão de que tínhamos ideias diferentes, mas o tempo também nos trouxe aprendizado e compreensão um para com o outro". O casal afirma que o melhor foi ter as atividades delimitadas, assim, um é responsável pela área comercial e o outro pelas finanças.

Para eles, separar as questões profissionais da vida de casal é um exercício permanente para que a rotina do trabalho não interfira negativamente na vida em família. "Entendemos que não exista receita, pois cada pessoa tem seu perfil e é capaz de mudar de acordo com suas experiências", complementam.



**Márcia Andréia dos Santos Binato**, 43 anos e **Hamilton Binato**, 59, estão casados há 28 anos e trabalham juntos há 25. Para eles, a questão de dividirem a atividade profissional é algo normal e tranquilo. Um dos facilitadores desta relação foi a divisão de tarefas dentro da empresa, com um ficando com a parte burocrática e outro com a parte funcional. "Confiamos e respeitamos o trabalho do outro, e gostamos das nossas funções. Nos reunimos somente com pautas específicas", conta Márcia. Eles acreditam que amor, união e os princípios cristãos facilitam a vida profissional e isso acaba transparecendo no ambiente da empresa. "Quando o casal tem os mesmos sonhos e objetivos, tudo fica mais fácil. Tudo foi planejado junto, desde a logo à primeira máquina", conta Márcia.

O casal revela que no início não foi fácil separar a vida profissional da vida de casal. "Eram tantos sonhos para planejar que quando chegávamos em casa, era este momento que tínhamos para sonhar. Mas com o passar dos anos e depois do nascimento do nosso filho, fomos aprendendo a equilibrar". Segundo eles, não existe segredo, o que existe é "amor, união, compreensão e muito diálogo", ressaltam.



**Magnum**, 33 anos e **Shana Foletto**, 34, há 17 anos partilham, também, a vida profissional. Para eles, compartilhar de valores e objetivos em comum é a base para todo relacionamento, seja familiar ou profissional. "Cada um tem suas habilidades, competências e seus pontos fortes, e saber usar isso a favor da família e do negócio é fundamental para se construir uma base sólida de desenvolvimento conjunto". O casal acredita que é fundamental que se saiba focar os esforços conjuntos naquilo que gera valor tanto à família quanto ao negócio.

Eles também acreditam que não há uma separação completa da vida profissional da vida pessoal. "O que existe é o momento de priorizar em atendermos juntos as demandas e necessidades da família e do casal, e o momento de atender os negócios. Mas, no fim, está tudo conectado", completam.



Fotos reprodução

## ESPAÇO CONTÁBIL

# Poupa Tempo e Encontro de Integração marcaram o mês do Espaço Contábil



O secretário de Desenvolvimento Econômico, Turismo e Inovação, Ewerton Falk, Prefeito Jorge Pozzobom, O vice-prefeito Sergio Cechin, Vice-Presidente de Fiscalização Paulo Gilberto Comazzetto, Vice-Diretor Região centro do SESCOB RS Emerson Dornelles Brandão, Presidente da Associação dos Profissionais da Contabilidade de Santa Maria Marco Aurélio Velela e Presidente do Sindicato dos Contadores de Santa Maria Luiz Oliveira



Fotos divulgação

O encontro, em sua segunda edição, busca promover a integração entre os profissionais da classe contábil de Santa Maria e região. Os profissionais e seus familiares participaram de jogos de futebol sete, vôlei de areia, canastra e bocha.

No dia 21 de maio o Espaço Contábil, junto com a Prefeitura de Santa Maria, oficializou a assinatura do decreto Poupa Tempo de Santa Maria. O projeto tem como objetivo principal desburocratizar processos, trazer facilidades e segurança aos empreendedores da cidade. O programa entra em atividade em até 45 dias e vai funcionar no auditório do Centro Administrativo Municipal. Participaram da solenidade,

os representantes do Espaço Contábil, o prefeito Jorge Pozzobom, o vice-prefeito Sergio Cechin, secretários de governo e vereadores.

E no dia 26 de maio a classe contábil da cidade participou o 2º Encontro de Integração Sincotec-SM e Região. Quem foi ao Balneário Bela Vista pode conferir atrações como mateada, jogos, música e competições esportivas.



**Associe-se!**

Para se tornar um novo sócio do SINCOTEC-SM é simples, acesse [espacocontabilregiao centro.com.br/sobre/sincotec/associe-se/](http://espacocontabilregiao centro.com.br/sobre/sincotec/associe-se/)

3222-2808

@atendimento@sincotecsm.org.br



# TRABALHO E FAMÍLIA: não tente mudar o imutável

**Dizem que filho de peixe, peixinho é.** Mas coloca os dois no mesmo aquário pra ver o que acontece. Por outro lado, **dizem que onde se ganha o pão não se come a carne. Será que isso é mesmo um bom conselho?**

Sentimentos de paternidade, maternidade e de casal são vínculos muito mais fortes do que qualquer relação profissional. E o amor atropela as regras de qualquer empresa. Nota: Quando me refiro a amor, me refiro também às dificuldades que ele proporciona. **Se fores contratar o filho como funcionário, saberás de ele jamais será um funcionário.** Provavelmente o nível de exigência em relação a ele será maior – afinal, os pais querem preparar os filhos para a vida. Contudo, o filho também não enxergará o pai ou a mãe como os chefes. Esposas e maridos não se reconhecerão como colegas de trabalho. Ora, é a família trabalhando.

Isso é bom e é ruim ao mesmo tempo. Mas passemos a analisar o porquê. É bom porque o amor é forte, e o convívio faz com que as pessoas se conheçam melhor. O Big Brother dos lares é superado pelo estabelecimento de um acordo de convivência que considera os defeitos,



## Como uma empresa poderia limitar o direito fundamental e constitucional de amar? Isso seria notadamente ilegal

mas jamais diminuirá o sentimento. Tipo briga de irmão. Não interessa o motivo, interessa que depois de chegar até as vias de fato, reatarão depois de um tempo como se nada tivesse acontecido – o acordo é esse.

**E só é ruim quando a família, dentro do lar, não é bem resolvida – aí, o convívio de gato e rato existente em casa apenas se replica na empresa.**

Por isso, não há sentido em discutir se é recomendável misturar as coisas, uma vez que isso depende de cada família, de como essas convenções familiares são estipuladas.

Ainda sobre casais dividindo profissão e teto, hei de perguntar: Como uma empresa poderia limitar o direito fundamental e constitucional de amar? Isso seria notadamente ilegal.

Ricardo Munarski Jobim  
Advogado - OAB/RS 47.849



Dilemas éticos são assim mesmo. Nenhuma decisão estará errada, e nenhuma decisão estará certa.

Trabalho numa empresa familiar, estabelecida há muito tempo. Vi isso acontecer na minha casa, no meu trabalho, na casa do meu pai, do meu avô, que por sua vez também herdou a mesma profissão do meu bisavô. Pois depois de passar por vários perrengues tentando me desvencilhar daquilo que entendia como pressão/sentimento/rebelião/admiração/vocação, descobri quem eu era e que tipo de empresa eu deveria nutrir até o final dos meus dias – uma empresa familiar.

**Danem-se as corporações. Trabalho tem que remunerar, mas antes tem que fazer sentido.** Logo, se sua empresa possui características familiares, orgulhe-se disso e jamais perca essa característica, não o faça nem por todo o dinheiro do mundo. Tem um lado bom – é um excelente marketing.

Mesmo que queiramos, será impossível fugir à própria natureza. Faça sua empresa crescer. Mas o faça do seu jeito. Senão, não haverá sentido. Tente entender isso logo. Ou espere chegar o momento do leito de morte para entender isso. Boa sorte.

## ATUALIDADES

### DICA DE SÉRIE

## Família, lealdade e sucessão

Em **Succession**, Logan Roy (Brian Cox) é o patriarca de uma das famílias mais poderosas da atualidade. Dona de um império midiático, a responsabilidade da família vai muito além dos negócios internacionais. O programa explora a lealdade da família, os negócios internacionais e os perigos do poder no século XXI.

Succession traz também Jeremy Strong, que interpreta Kendall Roy, filho mais velho do segundo casamento de Logan, atualmente presidente de divisão na empresa familiar e o aparente herdeiro; Kieran Culkin faz Roman Roy, o filho



franco e divertido de Logan e o irmão mais novo de Kendall, que ainda está no conselho de administração da empresa, mas já não trabalha lá; e Sarah Snook como Shiv Roy, filha de Logan, que faz parte do conselho de administração, mas não trabalha na firma e persegue uma carreira na política.

A série estreou no início do mês e é exibida pela HBO.

### DICA DE LEITURA

## Riqueza para a vida

Com um texto claro e acessível, **“Os segredos dos casais inteligentes”** vai transformar a maneira como você e seu companheiro lidam com o dinheiro e planejam as finanças, independentemente de qual seja a renda familiar. Consagrado autor de **“Casais inteligentes enriquecem juntos”**, Gustavo Cerbasi apresenta neste novo livro as melhores estratégias para garantir um futuro próspero sem comprometer a qualidade de vida no presente. Com dicas práticas e exemplos baseados em casos reais, ele aborda temas como aposentadoria, planos de investimento, orçamento mensal e, em especial, a necessidade de separar parte da renda para emergências e parte para o lazer e o bem-estar.



**Título:** Os Segredos dos Casais Inteligentes  
**Autor:** Gustavo Cerbasi  
**Ano:** 2012  
**Editora:** Sextante  
**Páginas:** 160

**FÊNIX**  
PRESTADORA DE SERVIÇOS  
VENHA E DIVULGUE SUA EMPRESA  
E SEUS PRODUTOS.  
COM A FÊNIX O RETORNO É GARANTIDO!

Aproveite nossos pacotes de panfletagem, carro som e moto som!

**(55) 3286.1239** | email: [agenciafenix558@hotmail.com](mailto:agenciafenix558@hotmail.com)  
**99999.2046** | Rua Euclides da Cunha, 1014

Panfletagem, Distribuição de Impressos Endereçados, Cartazes  
Monte seu texto e Gravamos seu áudio em Studio.  
Panfletagem Diferenciada  
Empresa qualificada e autorizada, com equipe treinada

**Você merece o melhor:**

- ▶ Tratamentos corporais para gordura localizada, flacidez, estrias e feg.
- ▶ Depilação facial com linha e corporal com cera.
- ▶ Massagens relaxantes com pedras quentes, pindas ou bambu.
- ▶ Limpeza de pele, peelings químicos e de diamante.
- ▶ Tratamentos faciais para rugas e linhas de expressão, flacidez, melasma e acne.
- ▶ MICROAGULHAMENTO: técnica de indução percutânea de colágeno, indicado para rejuvenescimento, amenizar rugas e linhas de expressão, cicatrizes de acne, flacidez, estrias e alopecia (queda de cabelo) feminina e masculina.
- ▶ EXPERIMENTE O PUMP! Bumbum perfeito para o verão.

ESTÉTICA CORPORAL E FACIAL

Aceitamos os cartões

Rua Marechal Deodoro N° 558 (Bairro Itararé)  
Agende seu horário Fone: 9.9993-2788

# LICENÇA MATERNIDADE: os quatro meses do trabalho mais duro da sua vida

Juliana Silveira  
Executiva H Mídia / Porto Alegre



**Sentada nesta cadeira**, de mãe em licença maternidade, divido meu olhar sobre esta experiência sem igual. Exigente, de muito amor, mas de muito trabalho. Trabalho sim, adiantando para quem acha que mãe de licença maternidade está de folgas ou de férias!

**Que ilusão de vida fácil...** Outro dia rimos muito eu e outra mãe, que está no mesmo barco, com bebê pequeno e em casa, sobre este momento intenso que vivem as mães. Confesso que, como mãe de terceira viagem, **tinha esquecido o quanto demanda física e emocionalmente este momento.** É tanto, que a memória da gente dá jeito de apagar. Esqueci e pronto. E agora, no segundo mês dessa jornada e de cuca fresca, posso falar “de cadeira”. E do quanto envolve lucidez e diplomacia nas relações.

Trabalho desde os meus dezesseis anos. Sempre fui uma executiva produtiva, trabalhando intensamente pelo estabelecimento de uma carreira sólida e por uma remuneração atraente. Transitei fácil em vários mercados, em viagens de trabalho que me levavam para lá e para cá, com noites curtas por conta de compromissos profissionais e de estudo.

Essa era a minha vida fácil. Eu e os meus

desafios profissionais. Eu e o meu trabalho de expediente. Eu e metas pré-definidas.

Aí virei mãe. E mãe de novo. Dessas duas experiências, como falei antes, me esqueci. Defesa, deve ser... Mas virei mãe de novo, aos quase quarenta. Em um momento no qual, além de executiva, inventei de escrever e manter um projeto através de um blog, o que eu amo muito fazer. E neste cenário, entrei de salto alto na licença maternidade.

Não sabia nada, a inocente...

**Durei de salto alto em torno de vinte dias.**

**Afinal, este era o meu traje de guerra e se carregava dois filhos de sete e oito anos no colo, maquiada e de terno, porque seria diferente com uma bebê?**

Pois então... aqui trago a experiência real de uma licença maternidade. Do expediente que não termina.

Tenho três filhos em casa. Dois administrando o ciúme do bebê que chegou, redimensionando espaços na nossa casa e no meu coração. Brigam por cada segundo comigo. E brigam comigo pelo que

perderam. Emocionalmente bem exigente, se considerarmos que mães não querem faltar com filhos, e comigo não é diferente. A bebê é um doce presente que completou o meu coração. Só que naturalmente tritura o meu corpo e o meu sono. Ando com

conchas de leite cheias, embalando-a pela casa. Aquela bonequinha... Cólicas e adaptações ao nosso mundo tornam a vida dela algo nada fácil, e por consequência, estou eu aqui para acalenta-la e apresenta-la pouco a pouco a vida em família. Grande, no nosso caso.

Durmo pouco, com muitos intervalos e, durante o dia, preciso dividir meu tempo entre temas escolares dos mais velhos, orientação às rotinas da casa, amamentação a cada duas horas, e-mails da empresa e a terapia que é escrever os meus textos. Ficou difícil manter o salto. Mantive o semblante minimamente sadio como presente ao amor da minha vida, que também mora na minha rotina. Mas foi só. Abandonei os sapatos por tempo determinado e me “amiguei” a um par de botas baixas, prima dos tênis

*Ficou difícil manter o salto. Mantive o semblante minimamente sadio como presente ao amor da minha vida, que também mora na minha rotina. Mas foi só*

dos maratonistas. Estes que em muito se parecem com a minha atual condição.

**Nesse processo, administrar este momento exigiu muito da executiva que construí ao longo dos anos.** Muitas das nossas rotinas exigiram de mim um pouco da objetividade e do pragmatismo que o meu trabalho sempre me exigiu. Me demandou um cuidado imenso com as relações que me cercam, pois ninguém tem culpa do meu cansaço. Me fez diplomática, atenta e estimulada ao estabelecimento da nova parceria que construí no meu casamento, muito além do amor sedutor e charmoso que mantínhamos antes das camisolas e conchas de amamentação que hoje vivem na nossa rotina. Me construiu uma mãe e uma mulher mais resistente. Ao sono, à fome, aos testes de paciência.

Sabem porquê? **Porque nestas relações não dá para fracassar. Não com eles.** Não com os filhos que tanto amo, não com a bebê nova que de mim se alimenta, não com o marido que esteve sempre ao meu lado. E aí, se sai melhor. Pós-graduada. Desses quatro meses de muito, mas muito trabalho.

**Então, mais respeito com as mulheres em licença maternidade. Não tem ninguém de férias nela.** Ao contrário, é uma escola de super-heróis.

## COMUNICAÇÃO

### Novo recurso para conversas em grupo no WhatsApp

O aplicativo WhatsApp começou a liberar um novo recurso para smartphones Android no final de maio. Prometida por Mark Zuckerberg na conferência F8 deste ano, a nova função permite que os usuários realizem chamadas em vídeo ou áudio em grupos usando o app.

De acordo com o site Android Police, por enquanto, o recurso está disponível apenas para alguns usuários da versão de testes do aplicativo. É preciso ser um testador no WhatsApp na Google Play Store para obter a edição preliminar, que chega com novos recursos antes da versão final, que é liberada para todos.

Até quatro pessoas podem conversar em vídeo simultaneamente no aplicativo, e suas imagens ficam divididas na tela do celular.

Ainda não há uma data específica para a liberação do recurso para todos os usuários,



tanto de smartphones com sistema Android quanto de iPhones. Porém, ela está prevista para chegar ainda neste ano.

Fonte: [exame.abril.com.br](http://exame.abril.com.br)

## DIRETO DOS TRIBUNAIS

### Empresa deve indenizar funcionária que caiu em desnível de piso

Manter piso com desnível no ambiente de trabalho é assumir o risco da integridade física dos funcionários e torna a culpa presumida em caso de acidente. Com esse entendimento, a 6ª Turma do Tribunal Superior do Trabalho condenou uma tecelagem a indenizar uma empregada que fraturou o cotovelo ao tropeçar num remendo.

“Na realidade, trata-se de fato previsível e evitável se tivesse sido observada a regularidade da segurança no local de trabalho”, afirmou a ministra Kátia Arruda do TST. A relatora disse que a segurança no ambiente de trabalho engloba a regularidade do piso. Se mantido com desnível, presume-se a culpa da empresa, “que assume o risco de que a integridade física dos empregados seja atingida”.

Processo RR-10041-90.2014.5.15.0099

## EXPEDIENTE

**Tiragem:** 3000 exemplares | **Distribuição:** gratuita e direcionada | **Impressão:** Zero Hora

**Coordenação geral:**  
Leandro Custódio - CEO Grupo Cametra

**Jornalista responsável:**  
Nathale Cadaval Kraetzig - MTB 17339

**Contato:**  
[comunicacao@cametra.com.br](mailto:comunicacao@cametra.com.br)

[cametra.com.br](http://cametra.com.br)

[facebook.com/grupocametra](https://facebook.com/grupocametra)

(55) 3026-8911

Rua José Bonifácio, 2355, 11º andar, sala 1114 - Centro - Santa Maria - RS / CEP: 97.015-450 Policlínica Provedor Wilson Aita

Publicação:

GRUPO  
**CAMETRA**

SAÚDE E SEGURANÇA | DIAGNÓSTICO | CENTRO DE TREINAMENTO

**CAMETRA**  
MEDICINA DO TRABALHO  
Centro de Atendimento em Medicina do Trabalho  
Santa Maria - RS



# InfoPREV

Santa Maria | Ano 1 | n°12 | Junho de 2018

[www.cametra.com.br](http://www.cametra.com.br)



## 1 ano de INFOPREV

12 Edições que entram para a história da empresa

Chegamos à 12ª edição do **INFOPREV**, o jornal impresso do Grupo Cametra. Nestas doze edições, retratamos temas do nosso dia a dia, temas que nos fazem pensar e refletir a forma como estamos tocando a nossa vida.

Temas que interferem na nossa vida, interferem na forma como conduzimos nosso trabalho e daí a importância deste conteúdo, entregue gratuitamente nas empresas e na sua casa.

Pensar que pessoas sem **Educação Financeira** podem produzir menos, por baixa motivação ou por falta de foco específico no trabalho e sim nas suas contas.

Pensar que pessoas que não fazem gestão do tempo viram o passatempo das que fazem.

Pensar na **Importância das Contabilidades** e seu papel vital dentro das empresas. Não por causa do E-social e sim devido à responsabilidade de ser uma empresa ética e com referencial positivo na sociedade.

Pensar que **os Millennials estão aí**, e caso não saibamos administrar este conflito de gerações, convivendo no mesmo metro quadrado, possivelmente a rotatividade dos seus funcionários, o possível aumento de causas trabalhistas e uma demanda gigante de tempo perdido em treinamento pode acabar em atestado médico e desperdício de dinheiro.

**Pois bem, é por isso que chegamos aqui.**

E temos muito mais à oportunizar para nossos clientes, parceiros e **empresas que desejamos que façam parte do nosso grupo seleto de clientes** que se preocupam de fato com a Saúde, com a Segurança e a relação destes dois fatores com a gestão das pessoas na empresa.

É das pessoas que colhemos nossos melhores resultados. E é para elas que continuaremos escrevendo, produzindo e entregando a você conteúdo de qualidade, sempre.

### INFOPREV em números:

- \* + de 1000h de produção
- \* Mais de 200.000 pessoas impactadas com o conteúdo.
- \* 3000 empresas e empresários lendo mensalmente a edição.

## Cametra no 2º encontro do SINCOTEC/SM

Aconteceu no dia 26 de maio mais uma edição do ENCONTRO DE INTEGRAÇÃO DO SINCOTEC/SM e Região. E, mais uma vez, a CAMETRA, parceira do Espaço Contábil, participou levando sua equipe e Unidade Móvel, proporcionando às pessoas teste rápido de glicose e aferição de pressão.

Durante o dia aconteceram os jogos, em meio a um ambiente saudável, no Balneário Bela Vista, em Camobi, junto com muita música e a tradicional mateada. Parabéns aos organizadores pelo repetido sucesso de mais uma edição.



## CIPA e/ou DESIGNADO ?



Você sabia que todas as empresas estão **OBRIGADAS** a constituir CIPA ou ter um designado? Está na NR05, bem como escrito no seu PPRa. E mais uma turma de empresas enviaram seus colaboradores para o treinamento obrigatório. Aconteceu de 21 a 30 de maio, com carga horária de 20h. Parabéns às empresas e funcionários.

Resp. Téc. Dr. Mauro Giménez Olazar CRM 22413/RS  
Médico do Trabalho - CRM-J - sob n° 4967-08

## CAMETRA MEDICINA DO TRABALHO

Centro de Atendimento em Medicina do Trabalho  
Santa Maria e Região Centro do Estado - RS



- PPRa - PCMSO - LTCAT - PPP
- Laudo de Insalubridade
- Admissoriais / Demissionais
- Perícia Médica
- Análise Ergonômica
- Adaptada ao E-Social

**Unidade Móvel Completa**  
para atendimento clínico e exames complementares na empresa.



Locação para palestras e eventos corporativos

- Auditoria, implementação de Qualidade e Modelo Disney de Gestão
- Cursos e Palestras nas áreas de Gestão Empresarial e RH
- Locação para Palestras e Eventos Empresariais
- Trein. CIPA NR05 / Trein. Op. Caixa NR17 / Trein. Const. Civil NR18
- Trein. Combate a Incêndio NR23 (na empresa)



- ECG: Eletrocardiograma
  - EEG: Eletroencefalograma
  - TAV: Teste de Acuidade Visual
  - Audiometria
  - Espirometria Ocupacional
  - Avaliação Psicossocial
  - Exames Laboratoriais
  - Raio X e Imagem
  - Plano Assistencial Empresarial
- \* Atendemos todos os convênios

Uma empresa alinhada com o E-Social | 16 Anos de Qualidade e Credibilidade

[www.cametra.com.br](http://www.cametra.com.br) - (55)3026.8911 grupocamettra