

# Boletim Informativo



## NOVEMBRO AZUL UM MÊS DEDICADO À SAÚDE DOS HOMENS

O Novembro Azul é um movimento global dedicado à conscientização sobre a saúde dos homens, com foco especial na prevenção do câncer de próstata e em questões relacionadas ao bem-estar masculino.

AQUI ESTÃO ALGUMAS INFORMAÇÕES ESSENCIAIS:

### Câncer de Próstata:

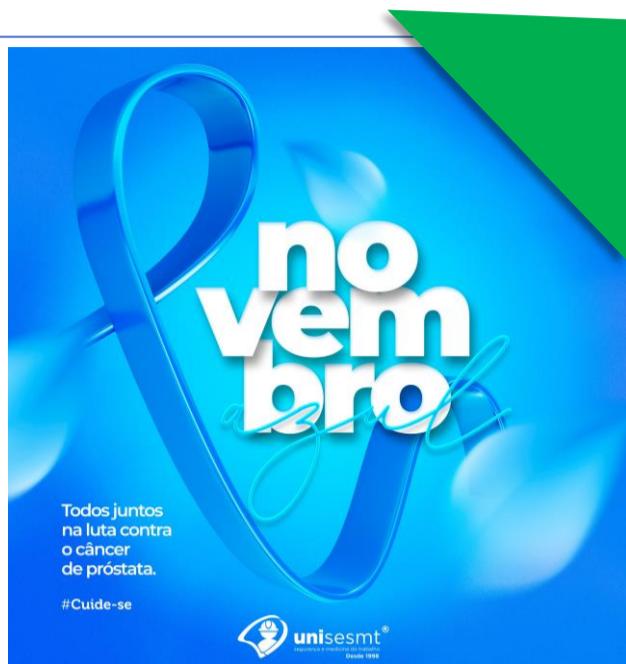
- O câncer de próstata é o segundo tipo mais comum entre os homens.
- A detecção precoce é crucial para o tratamento eficaz.
- Homens a partir dos 50 anos, ou mais cedo se houver histórico familiar, devem realizar exames regulares, como o PSA e o toque retal.

### Estilo de Vida Saudável:

- Adotar hábitos saudáveis, como uma dieta equilibrada e a prática regular de exercícios, reduz o risco de várias condições de saúde, incluindo o câncer de próstata.

### Check-ups Regulares:

- Exames de rotina, como pressão arterial, colesterol e glicose, são fundamentais para monitorar a saúde geral.
- Consultas regulares com profissionais de saúde ajudam na identificação precoce de problemas e na promoção de um envelhecimento saudável.



### Notícias da Segurança no Trabalho: Treinamentos de NR12 e NR35 na Unisesmt

Nos dias 19 e 20 de outubro, a Unisesmt promoveu treinamentos vitais de NR12 e NR35, reforçando o compromisso com a segurança e saúde no ambiente de trabalho.

**NR12 - Máquinas e Equipamentos:** O treinamento enfatizou a importância de capacitar profissionais que lidam com máquinas e equipamentos. Focando na identificação de riscos, medidas preventivas e uso adequado de equipamentos, o objetivo é reduzir acidentes, promovendo um ambiente de trabalho mais seguro.

**NR35 - Trabalho em Altura:** Para aqueles envolvidos em atividades em altura, o treinamento de NR35 foi essencial. Profissionais foram capacitados para reconhecer riscos, adotar medidas preventivas e utilizar corretamente os equipamentos de proteção individual. A ênfase está na prevenção de quedas e na garantia da integridade física dos trabalhadores.

### Notícias de Bem-Estar: Capacitação em Primeiros Socorros Salva Vidas!

No último sábado (21/10), aconteceu mais treinamento de Noções Básicas de Primeiros Socorros, promovendo uma abordagem proativa diante de situações emergenciais. O encontro foi conduzido pelo enfermeiro do trabalho, Diones Henrique.

Ainda hoje, muitas pessoas enfrentam incertezas sobre como reagir em momentos críticos e a importância dos primeiros socorros para proporcionar ajuda imediata. A capacitação em primeiros socorros é essencial, pois pode ser a diferença entre salvar uma vida ou enfrentar consequências mais graves.

Desde situações cotidianas, como cortes e queimaduras, até casos mais complexos, como picadas de animais venenosos, o treinamento enfatizou a relevância do conhecimento em primeiros socorros. Em momentos de engasgos, desmaios, quedas e acidentes, a rapidez e a precisão desempenham um papel crucial. Fique por dentro das próximas oportunidades de treinamento!

Aprender primeiros socorros é uma habilidade que todos podem desenvolver para contribuir com a segurança e o bem-estar da comunidade. Não perca a chance de fazer a diferença e ajude a salvar vidas!



### Compromisso com a Saúde Masculina: DDS na Samarco Destaca a Importância do Cuidado!

No dia 07 de novembro, a Samarco reuniu empresas parceiras como Consórcio Tractebel-MCA, Dinâmica, HD Locadora, além da empresa Stefanini para um Diálogo Diário de Segurança (DDS) especial, focado no tema "Saúde do Homem". A iniciativa contou com a participação do Dr. Leandro D'Ávila Martins e da diretora Andréa Bento, proporcionando um espaço valioso para discutir e promover a saúde masculina.

Durante o evento, foram distribuídos brindes e houve diversos ganhadores, criando um ambiente descontraído e informativo. Agradecemos a presença, compreensão e participação de todos os envolvidos!

É essencial destacar a relevância do cuidado com a saúde, tanto física quanto emocional. Realizar exames regulares, adotar hábitos saudáveis e buscar assistência médica quando necessário são passos cruciais para prevenir doenças e garantir uma qualidade de vida melhor.

