

ASSÉDIO MORAL NÃO É FERRAMENTA DE GESTÃO:



É VIOLÊNCIA!

SAÚDE DO TRABALHADOR

NOVEMBRO AZUL: INFORMAÇÃO E PREVENÇÃO PODEM SALVAR VIDAS, INCLUSIVE A SUA



Novembro chegou, e com ele a campanha **Novembro Azul**, que chama a atenção para a saúde do homem e, principalmente, para o **combate ao câncer de próstata**, o tipo de câncer mais comum entre os homens brasileiros depois do câncer de pele. Mesmo assim, ainda existe muito tabu, vergonha e medo em falar do assunto — e isso coloca a vida de milhares de trabalhadores em risco.

O QUE É O CÂNCER DE PRÓSTATA - A próstata é uma glândula pequena, localizada abaixo da bexiga, que faz parte do sistema reprodutor masculino. O câncer ocorre quando algumas células começam a crescer de forma desordenada. Geralmente, é um câncer de evolução lenta — por isso, quando é descoberto cedo, as chances de cura podem chegar a 90%.

O QUE CAUSA A DOENÇA - Não existe um único motivo, mas **alguns fatores aumentam o risco**: idade (a partir dos 50 anos o risco cresce bastante), histórico

familiar (pai, tio ou irmão que tiveram a doença), raça/cor (estudos apontam que homens negros têm mais risco e devem iniciar o cuidado mais cedo, por volta dos 45 anos), alimentação rica em gordura, sedentarismo e obesidade, tabagismo e consumo excessivo de álcool, estão entre os principais. Mas nenhum deles tem relação com masculinidade ou sexualidade, a questão é sobre saúde.

QUAIS OS PRINCIPAIS SINTOMAS - O câncer de próstata costuma não apresentar sintomas no início. Quando aparecem, podem incluir dificuldade para urinar, necessidade de urinar muitas vezes, sangue na urina e dor nos ossos são os mais comuns. **Mas esperar pelos sintomas é um erro grave que pode custar a sua vida**. O ideal é fazer exames preventivos.

ATITUDES DE PREVENÇÃO - Além dos exames, alguns hábitos fazem diferença real: alimentação com menos gordura e mais frutas, verduras e legumes, prática regular de atividade física, controle do peso, redução do álcool e abandono do cigarro, dormir melhor e cuidar da saúde mental.

No ambiente de trabalho, o cuidado importa. Estresse, longas jornadas, pouco tempo de descanso e falta de informação também prejudicam a saúde dos homens. Assim, é importante que campanhas de saúde incluam os trabalhadores terceirizados e temporários, que muitas vezes têm menos

acesso a exames e informações, e que as empresas apoiem e facilitem a realização de consultas e exames.

O maior inimigo do trabalhador não é o exame, é o preconceito. Não deixe para depois, não espere sintomas, não tenha vergonha. Procure uma unidade de saúde e faça seus exames ●

LUTA SINDICAL **GREVE DE TERCEIRIZADOS EM MINAS GERAIS**

Trabalhadores terceirizados da Regap/MG, entraram em greve no dia 17 de novembro. O movimento, que **reúne trabalhadores de diversas empresas contratadas**, é por melhores condições salariais e outras reivindicações.

Atualmente, os terceirizados de Minas são os que recebem o **segundo pior salário do país** pelas mesmas funções.

 **COMUNICAÇÃO**
ESTE CANAL É PARA VOCÊ!

 **SUGESTÕES!**

 **MENSAGENS!**

 **DENÚNCIAS!**

PARTICIPE PELO EMAIL
pontocomum@sindipetro-rs.org.br

pontocomum

SAÚDE DO TRABALHADOR

ASSÉDIO MORAL NÃO É FERRAMENTA DE GESTÃO: É VIOLÊNCIA!

No geral, os trabalhadores terceirizados, pelas próprias características de contratação e por estarem espalhados em diversas empresas, estão quase sempre entre as maiores vítimas dessa prática cruel, que adoce fisicamente e psicologicamente.

O assédio moral segue sendo uma das formas mais violentas de ataque à dignidade da classe trabalhadora — e atinge com força ainda maior os trabalhadores terceirizados. Na Refap e em todo o Sistema Petrobrás não é diferente.

Sob pressão pelo atingimento de metas inalcançáveis, prazos sem impossíveis de serem cumpridos, humilhações, ameaças veladas e o permanente medo do desemprego, milhares de trabalhadores convivem diariamente com situações que não podem ser normalizadas. Assédio moral não é estilo de chefia, não é cobrança. É violência!

E quando essa violência encontra trabalhadores terceirizados o resultado é devastador para a vida, para a saúde física e para a saúde mental.

A ROTINA DE PRESSÃO E HUMILHAÇÃO QUE ADOECE

O Sindipetro-RS, de forma constante, recebe relatos — dos trabalhadores diretos ou dos próprios terceirizados — de situações de assédio moral praticadas tanto por chefias e coordenadores da estatal quanto por gestores das contratadas. São casos de isolamento, desprezo, gritos, ordens contraditórias, mudanças unilaterais de escala e turnos como “castigo”, exigência de produção com menos pessoal e até sem segurança.

E quando esses fatores se encontram, forma-se um ambiente de trabalho que adoce. O trabalhador sai de casa ansioso e, muitas vezes, com sintomas físicos, como dor de cabeça, dor no estômago, insônia e tremores. Nos casos mais graves, pode desenvolver crises de pânico, depressão, afastamentos longos e



rupturas familiares.

OS QUE MAIS SOFRIM E OS QUE MENOS PODEM FALAR

A terceirização desenfreada após 2017, aprofundou o abismo entre direitos e condições de trabalho. Nos setores de maior risco (como refino, manutenção, operação e áreas industriais) os terceirizados formam a linha de frente, realizam os serviços mais pesados e, ao mesmo tempo, têm menos proteção. Estudos mostram que trabalhadores terceirizados:

- ⌚ Sofrem mais acidentes, adoecimentos e são mais expostos ao assédio;
- ⌚ Vivem sob constante ameaça de demissão/troca de empresa;
- ⌚ Lidam com duas ou três hierarquias ao mesmo tempo (empresa contratada, contratante e gestão local), o que aumenta o controle e reduz a autonomia;
- ⌚ Têm menos canais de denúncia, menos estabilidade e mais medo de retaliação.

Na prática, muitos sofrem em silêncio porque sabem que “quem reclama é mandado embora”. Esse é o pacto perverso que parte das empresas e chefias tenta impor.

ASSÉDIO TEM NOME, TEM LEI E TEM COMO SER ENFRENTADO

A primeira arma do assediador é o isolamento. Por isso, ninguém deve enfrentar um caso de assédio moral sozinho. Existem caminhos para romper o ciclo:

- ⌚ Procure o Sindicato imedia-

tamente;

- ⌚ Registre tudo;
- ⌚ Use os canais formais, inclusive a CIPAA;
- ⌚ Busque atendimento médico;
- ⌚ Denuncie ao MPT e à Inspeção do Trabalho.

UMA FERRAMENTA PARA PRECARIZAR E INTIMIDAR

Os trabalhadores não podem ser ingênuos, acreditando que truculência é “personalidade”. O assédio moral é crime e serve para retirar direitos, intimidar trabalhadores, enfraquecer a categoria e impedir a organização coletiva.

Por isso, enfrentar o assédio é também defender condições dignas de trabalho, saúde, segurança, estabilidade e o direito de se organizar sem medo.

Na Refap, é importante que os terceirizados percebam que não estão sozinhos. Cada denúncia fortalece a luta por um ambiente de trabalho saudável e por relações baseadas no respeito — não na intimidação.

Ainda que não represente formalmente os terceirizados, o Sindicato pode intervir junto à gestão da refinaria para denunciar e eliminar práticas abusivas que afetam o clima, a saúde e a segurança de todos os trabalhadores.

NÃO SE CALE. NÃO SE CULPE. NÃO SE ISOLE.

Assédio moral não é problema individual. É ataque coletivo à classe trabalhadora e a resposta também será coletiva: organização, solidariedade e ação sindical ●

O ASSÉDIO EM NÚMEROS

- ⌚ 2022: 8.508 denúncias de assédio (moral e sexual).
- ⌚ 2023: 14.349 denúncias de assédio moral e 1.512 de assédio sexual.
- ⌚ 2024: quase 17 mil denúncias de assédio moral e 1.740 denúncias de assédio sexual.
- ⌚ Dados do Instituto Maria da Penha indicam que uma mulher é vítima de assédio no trabalho a cada 4,6 segundos.

CONSCIÊNCIA NEGRA

MÊS DA CONSCIÊNCIA NEGRA: A PRECARIZAÇÃO NO TRABALHO TEM COR, E ELA É MAJORITARIAMENTE NEGRA!

No Brasil, a terceirização não é apenas um modelo de contratação: é um dos retratos mais crueis da desigualdade social e racial no mundo do trabalho.

Entre os trabalhadores terceirizados, onde estão salários mais baixos, jornadas mais extensas, menor proteção e maior exposição a riscos, a cor da pele revela que **a precarização tem cor, e essa cor é majoritariamente negra**.

Os números confirmam essa realidade:

- ➲ Trabalhadores negros ganham, em média, até **45% menos** que trabalhadores brancos.
- ➲ A informalidade entre pretos e pardos chega a **50%**, muito acima da registrada entre brancos.
- ➲ **75%** das empresas reconhecem o racismo como a principal forma de discriminação.
- ➲ Desde 2014, já são mais de **22 mil** denúncias de racismo no mundo do trabalho.

Especialistas mostram que a terceirização desenfreada reproduz e fortalece a divisão racial do trabalho: negros e negras são maioria nos postos mais precarizados, nas funções de menor visibilidade e

menor valorização. O abuso na terceirização sedimenta as desigualdades, impondo aos trabalhadores negros **mais insegurança, baixos salários e falta de direitos**. Em setores como limpeza, vigilância, construção, logística, call centers e serviços gerais, geralmente terceirizados pelas empresas, a presença de trabalhadores negros expressa o legado de **um país que nunca rompeu com as estruturas do pós-escravidão**.

UM ALIMENTA O OUTRO

Quando as empresas terceirizam para **reduzir custos, rebaixar direitos e aumentar lucros**, quem paga a conta é, majoritariamente, o trabalhador negro. E quando aumentam os casos de assédio, humilhação, racismo e violência moral, os mais atingidos são novamente trabalhadores terceirizados (negros, jovens, mulheres).

Racismo e terceirização andam juntos porque ambos são instrumentos de desigualdade e controle social. Por isso, **combater o racismo**



é também lutar por condições dignas de trabalho.

Exigir equiparação salarial, segurança, direitos e condições iguais é um ato antirracista. Lutar por concurso público, contratações diretas, paridade salarial, cotas e proteção contra assédio fortalece toda a classe trabalhadora.

Os sindicatos têm papel central para denunciar práticas discriminatórias e desigualdades salariais; garantir canais de orientação para vítimas de racismo; incluir cláusulas de combate ao racismo nas negociações coletivas; formar e conscientizar sobre racismo estrutural e práticas antirracistas; construir unidade real, mostrando que **não haverá avanços se parte da classe seguir sendo explorada** ●



AGORA JÁ ESTÁ VALENDO

O Senado aprovou, em novembro, a proposta do governo Lula de **isenção do Imposto de Renda para quem ganha até R\$ 5 mil**. A medida passa a valer em janeiro de 2026. O DIEESE está disponibilizando uma calculadora para que o **trabalhador possa calcular, com base no seu salário, de quanto será a economia mensal e anual**. Acesse o **QR Code** e veja como a medida representa mais dinheiro no bolso do trabalhador/a. Esta foi uma **conquista importante** da classe trabalhadora. Mas muitas outras ainda precisam ser feitas — e, como sempre, só serão realidade com sindicatos fortes, mobilização e trabalhadores e trabalhadoras nas ruas.



ATENÇÃO: FIQUE DE OLHO NOS PRAZOS DO 13º SALÁRIO!

O **13º salário** é garantido por lei a todos os trabalhadores e trabalhadoras. A primeira parcela deve ser paga **até 30 de novembro**, e a **segunda, até 20 de dezembro**. Qualquer atraso fere a legislação e prejudica o planejamento de milhares de famílias. **Fique atento aos prazos**, converse com seus colegas e procure o Sindicato caso a empresa não cumpra o que está previsto na lei. Direito conquistado é direito que precisa ser respeitado! O **13º salário não é uma concessão da empresa**, é um direito do trabalhador. Por isso, caso não receba dentro dos prazos determinados por lei, procure imediatamente o Sindicato, registre relato ou denúncia. A empresa pode sofrer multa e será obrigada a regularizar o pagamento.

