

Como prevenir acidentes domésticos no home office



Antes da pandemia, um estudo realizado pelo Ibope mostrava que o número de pessoas que trabalhavam remotamente, pelo menos em parte da jornada de trabalho, havia crescido nos últimos três anos e já representa **20%** dos profissionais brasileiros.

Com a pandemia esse número aumentou e cerca de **77%** dos profissionais brasileiros estão de home office.

Por passar mais tempo em casa, o trabalhador pode lidar com alguns acidentes. Segundo o Inmetro, no Brasil, estima-se que as pessoas vítimas de acidentes domésticos somam **37%** de todos os feridos atendidos em hospitais.

Pensando nisso, elaboramos esse material com algumas precauções para melhorar a segurança em casa.

- Portas e janelas abertas podem facilitar uma invasão, principalmente quando os moradores estão distraídos. Mantenha fechados e se, possível, instale dispositivos que avisem quando alguém entra;
- Combine com os outros moradores, como filhos, os espaços de trabalho. Brinquedos no chão podem provocar quedas e as crianças podem acessar ferramentas de trabalho indevidamente;
- Planeje os horários e alimente-se no local certo. Alimentos e bebidas na estação de trabalho podem provocar acidentes, queimaduras e, até, prejudicar o trabalho;
- Evite improvisar locais de trabalho como usar o sofá. Cabos de energia de um notebook até a tomada podem fazer alguém tropeçar;
- Evite usar o telefone enquanto caminha pela casa e entra nos ambientes. A distração com o telefone pode fazer esbarrar em alguma panela ou objeto no caminho, por exemplo;
- Tenha uma lista de contatos de técnicos, incluindo técnicos de informática, por exemplo. Quando tiver um problema, não vai precisar improvisar uma solução e se expor a riscos como choques elétricos;
- Se estiver sozinho com os filhos, defina uma área visível e delimitada para ficarem. Evite que numa distração do trabalho, a criança acesse ambientes com produtos químicos ou objetos perigosos;
- Tenha iluminação suficiente. Evite trabalhar no escuro para não forçar a vista e para perceber os objetos ao redor;
- Organize o espaço de trabalho para evitar cabos pendurados, queda de objetos e lesões por movimento inadequado;
- Informe vizinhos de confiança sobre mudanças na rotina e peça para que fiquem atentos a barulhos estranhos, movimentação no local e veículos desconhecidos estacionados em frente à garagem. A Vizinhança Solidária é uma ação que pode ajudar na segurança de uma residência;



E lembre-se, em casos graves, somente um médico poderá ajudar. Tenha sempre em mãos os números do SAMU (192) para o caso de emergência.

