

**Saiba como tirar a
licença saúde
sem medo e
sem complicações**



**Faça valer o seu direito
previsto na Convenção
Coletiva de Trabalho.
Nós te orientamos
o passo a passo**



SINDICATO DOS BANCÁRIOS
DO RIO DE JANEIRO
CONTRAP

**Adoeceu? Calma. Todos
estamos sujeitos a isso.**

**Não aguenta mais e
precisa de uma licença
médica?**

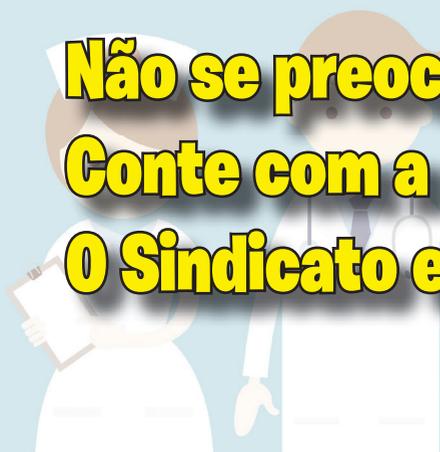
**O que fazer? Por onde
começar?**

A quem recorrer?

Não se preocupe.

Conte com a gente.

O Sindicato está ao seu lado.



Saúde do Trabalhador: um desafio de todos

O tema, saúde do trabalhador, deverá uma das prioridades desta campanha nacional da categoria. Cada dia mais, bancários e bancárias adoecem em função da pressão e do assédio moral nos locais de trabalho e ainda tem o medo de ser demitido (setor privado) ou perder comissionamento (bancos públicos), impostos pelos bancos para o atingimento de metas cada vez mais desumanas, num modelo de gestão atrasado e antiproducente.

A situação chegou a tal ponto que, cada vez mais, a categoria sofre de doenças psíquicas e transtornos mentais.

De 2012 a 2016, 89% de todos os acidentes reconhecidos pelo INSS para bancários e financiários eram transtornos mentais (44%) e Ler/Dort (45%) e apenas 11% eram outros acidentes. De 2017 a 2021, 90% dos acidentes reconhecidos foram também dos mesmos tipos de doenças ocupacionais: 46% Ler/Dort, 44% transtornos Mentais e 10% outros.

É um desafio garantirmos saúde e qualidade de vida e de trabalho para bancários e bancárias. E este desafio é de todos: da categoria, junto com o movimento sindical que a representa na mesa de negociações, dos bancos, que



precisam assumir suas responsabilidades criando modelos de gestão mais humanos através de debates e do diálogo com os sindicatos e dos governos nas esferas federal, estadual e municipal.

Garantir a saúde do trabalhador é um desafio de todos, de toda a sociedade. E contamos com você, bancário e bancária, nessa campanha por mais saúde e menos metas.

A força de uma entidade sindical está na participação dos trabalhadores e trabalhadoras, se associando e debatendo para buscarmos caminhos para superação de impasses.

Juntos, na luta coletiva, é que poderemos avançar nesse e nos demais desafios. Contem sempre com o seu, o nosso Sindicato.

José Ferreira Presidente do SeebRio

Faça valer o seu direito

Quando um trabalhador adoecer, muitas vezes ele não se conta de que ele não é culpado pelos problemas de saúde e que, a sua situação, é resultado da atividade profissional que exerce. Na nossa categoria, as doenças e transtornos mentais são de caráter ocupacional, mas com medo de perder o emprego, de não atingir as metas estabelecidas pelo banco e de ser incompreendido por chefias e o patrão, o funcionário omite a doença e continua trabalhando. Agindo assim, a sua saúde torna-se cada vez pior, podendo chegar a um caso de extrema gravidade.

Não tenha medo de tirar a licença médica, quando necessário. Conte com a gente. Elaboramos esta cartilha, juntamente com a Secretaria de Imprensa do Sindicato, para de orientar, passo a passo, como proceder para tirar uma licença médica. Faça valer o seu direito. Afinal, a gente trabalha para viver, não para morrer de tanto trabalhar, muitas vezes sem condições de saúde para a rotina profissional. A vida em primeiro lugar. Conte sempre com a gente.



Edelson Figueiredo
Diretor Executivo da Secretaria de Saúde do SeebRio

Confira, passo a passo, os encaminhamentos necessários para a licença saúde

1º - Entrega dos atestados ao banco: O atestado médico deve ser entregue em até 48 horas após o diagnóstico da doença pelo seu médico ou, em caso de acidente, até 48 horas a partir da data que ocorreu o fato. A entrega deverá ser feita formalmente via email ou protocolado junto ao representante do banco. Nunca faça a entrega informalmente. O bancário precisa documentar que comunicou ao banco, que seu médico atestou a doença.

1.2 - Atesto médico legível

1 e completo: O atestado médico deve ser completo e não podem faltar as seguintes informações: Código da CID da Doença com DV; quantidade dos dias de licença e o CRM do médico. Todas essas informações devem estar em letras legíveis, pois serão transcritos para a CAT.

2º - Aguardar o banco convocar para assinatura de documentos: Aguarde as orientações do banco que convocará o bancário para a assinatura dos documentos conforme prevê as cláusulas 29ª e 65ª do acordo coletivo que trata do adiantamento de salário enquanto

o funcionário aguarda a realização da perícia do INSS e a complementação de salário no período que receber o benefício do INSS (confira as cláusulas da CCT nas páginas 14, 15, 16 e 17).

3º - Afastamento superior a 15 dias: Caso o afastamento seja superior a 15 dias é necessário marcar a perícia do INSS através do aplicativo ou site “Meu INSS”, que deve ser acessado mediante cadastro para ter acesso a Login e senha. A outra opção é ligar para o Call Center da Previdência Social ligando através do número 135.

4º - Solicite a CAT: O passo seguinte é solicitar ao banco a CAT (Comunicação de Acidente de Trabalho). Caso o banco negue a emissão da CAT entre em contato imediatamente com o Sindicato pelos telefones (21) 2103-4106/4150/4151.

5º - Documentos necessários para fazer a perícia do INSS: Para fazer a perícia do INSS você deve levar seu RG, a CAT, atestados médicos que originaram a licença, exames médicos e laudos médicos, receitas das medicações e a Declaração do Último Dia Trabalhado.

Não deixe de pedir a emissão da CAT

O que é? A CAT (Comunicação de Acidente de Trabalho) é o documento que é obrigatório em qualquer tipo de acidente ou doença do trabalho, mesmo que não haja necessidade de afastamento do empregado, conforme prevê a Lei nº 8213 de 1991, que dispõe sobre os Planos de Benefícios da Previdência Social e estabelece que a comunicação deve ser feita até o primeiro dia útil seguinte ao da ocorrência. Trata-se de um documento previsto em lei que serve para comunicar ao INSS que um determinado trabalhador sofreu um acidente ou foi acometido de uma doença ocupacional, seja ela física ou psíquica.

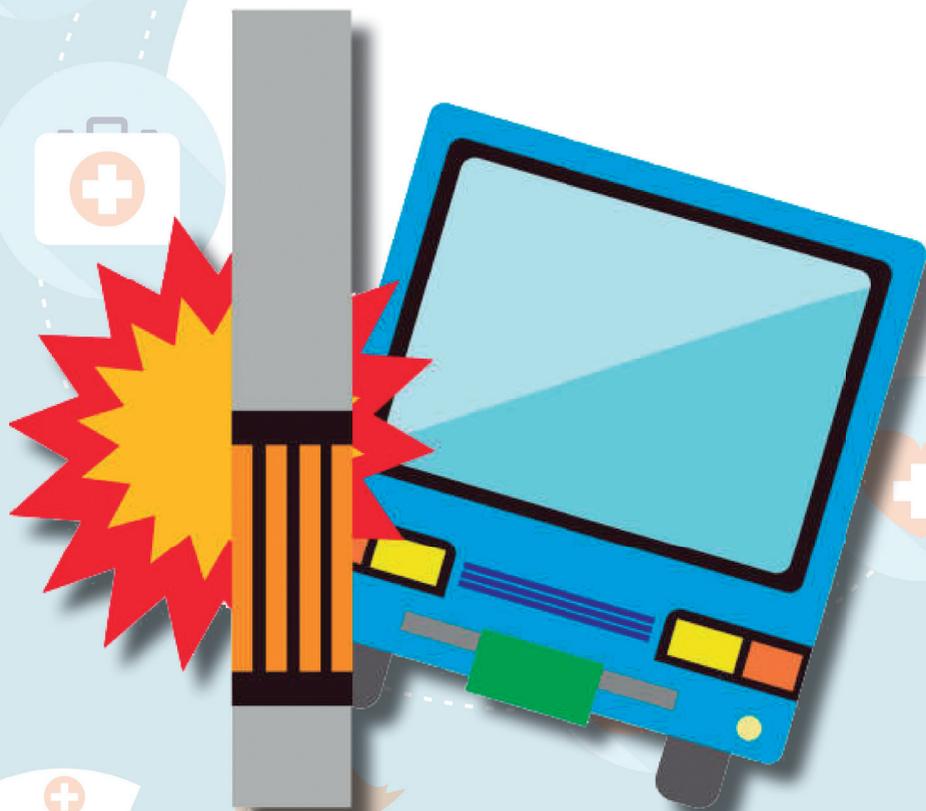
Quem pode emitir? A CAT pode ser emitida pelo empregador (banco), pelo médico que assiste ao trabalhador, o Sindicato que representante a categoria do empregado, o próprio segurado ou qualquer autoridade pública.

Qual a importância? É um documento fundamental a ser apre-

sentado ao perito, quando da realização da perícia do INSS para que ele tome conhecimento que o trabalhador foi acometido por uma doença ocupacional (doença do trabalho) ou acidente do trabalho.

PREVIDÊNCIA SOCIAL INSTITUTO NACIONAL DO SEGURO SOCIAL		1- Emitente 1- Empregador 2- Sindicato 3- Médico 4- Segurado ou dependente 5- Autoridade pública	
COMUNICAÇÃO DE ACIDENTE DO TRABALHO - CAT		2- Tipo de CAT 1- Inicial 2- Reabertura 3- Comunicação de Óbito em:	
I - EMITENTE			
Empregador			
3- Razão Social / Nome			
4- Tipo	1- CGC/CNPJ 2- CEI 3- CPF 4-	5- CNAE	6- Endereço - Rua/Av.
NIT			
Complemento (continuação)		Bairro	CEP
		7- Município	8- UF 9- Telefone
Acidentado			
10- Nome			
21- Nome da mãe			
12- Data de nasc.	13- Sexo 1- Masc. 3- Fem.	14- Estado civil 1- Solteiro 2- Casado 3- Viúvo 4- Sep. judic. 5- Outro 6- Ignorado	15- CTPS- Nº /Série/ Data de emissão
		16- UF	17- Remuneração Mensal
18- Carteira de Identidade	Data de emissão	Orgão Expedidor	19- UF 20- PIS/PASEP/NIT
21- Endereço - Rua/Av.			
Bairro		CEP	22- Município
		23- UF	24- Telefone
25- Nome da ocupação	26- CBO consulte CBO	27- Filiação à Previdência Social 1- Empregado 2- Tra. avulso 7- Seg. especial 8- Médico residente	28- Aposentado? 1- sim 2- não
		29- Áreas 1- Urbana 2- Rural	
Acidente ou Doença			
30- Data do acidente	31- Hora do acidente	32- Após quantas horas de trabalho?	33- tipo 1- Típico 2- Doença 3- Trajetos
		34- Houve afastamento? 1- sim 2- não	
35- Último dia trabalhado	36- Local do acidente	37- Especificação do local do acidente	38- CGC/CNPJ
40- Município do local do acidente		41- Parte(s) do corpo atingida(s)	42- Agente causador

E em caso de acidente no trajeto para o trabalho? Deve ser emitida a CAT?



Já ouviu a história de que o acidente de trajeto deixou de ser acidente de trabalho? Este tema gera ainda muitas dúvidas nas pessoas em relação aos direitos do trabalhador quando sofre um acidente no percurso para o seu trabalho ou do local de trabalho para a sua residên-

cia. Nós tiramos as suas dúvidas:

Como se configura o acidente de trajeto?

Segundo o Manual de Acidente do Trabalho, adotado pela Resolução INSS n. 535/2016, “acidente de

trajeto” é aquele que ocorre no percurso do segurado de sua residência para o trabalho ou vice-versa ou de um local de trabalho para outro da mesma empresa, bem como o deslocamento do local de refeição para o trabalho ou deste para aquele, independentemente do meio de locomoção, sem alteração ou interrupção do percurso por motivo pessoal.

E essa história de que acidente de trajeto não é mais acidente de trabalho?

A Medida Provisória n. 905/2019 (aquela do contrato Verde Amarelo criada pelo governo Bolsonaro) havia revogado a parte da Lei n. 8.213/91 que diz que o acidente de trajeto se equipara ao acidente de trabalho. Essa MP foi revogada pela MP 955/2020, que por sua vez perdeu a vigência, tendo expirada sem ter virado lei.

Por isso, a conversa de que o trabalhador que sofre um acidente de percurso não tem os direitos como nos casos de acidente de trabalho, não existe. Acidente de Trajeto garante direitos do empregado, sim!

A CAT deve ser emitida no acidente de trajeto?

Assim como em qualquer outro acidente de trabalho, a empresa tem a obrigação de emitir a CAT até o primeiro dia útil seguinte ao acidente.

Como a empresa é a responsável pelo transporte de casa para o trabalho e vice-versa, ela vai responder pelo acidente do empregado

do neste percurso. Isso significa que não importa se ela teve ou não culpa no acidente, seja uma batida no trânsito, um assalto ou qualquer fato que tenha atingido a saúde do trabalhador. Por isso, você terá todos os direitos de quem sofre acidente de trabalho. Se o deslocamento para o trabalho é feito em veículo próprio (carro ou moto) e a empresa oferece o vale-transporte, a responsabilidade deixa de ser do empregador.

Sofri um acidente de trajeto, o que eu devo fazer?

A primeira coisa a se fazer é exigir que a empresa emita a Comunicação de Acidente de Trabalho – CAT. Você precisa buscar um médico, para que possa se afastar das suas atividades. Atente para os documentos relacionados ao acidente. Além da CAT é preciso os atestados e laudos médicos; o prontuário médico e exames; as receitas médicas; as decisões do INSS e, se possível, fotos e/ou vídeos do acidente.

Procure o Sindicato

Nos acidentes de trajeto, caso o banco negue a emissão da CAT, o bancário deve procurar o Sindicato que irá fazê-lo afim de garantir o direito do empregado. É aconselhável, se possível, o trabalhador colher provas de que o acidente ocorreu no percurso da sua residência para o trabalho ou o inverso, com fotos ou vídeos de um acidente no ônibus, por exemplo.

Seus direitos quando estiver de licença médica (Cláusulas da Convenção Coletiva de Trabalho)

Cláusula 14

O auxílio refeição será concedido, antecipada e mensalmente, até o 15º dia nos afastamentos por doença ou acidente de trabalho. A partir do 16º dia de licença, o benefício é suspenso. Seu retorno será garantido a partir do momento em que o bancário retornar da licença médica.



Cláusula 15ª

O pagamento do auxílio-alimentação é grantido ao bancário afastado por doença ou acidente de trabalho por um período de 180 dias contados a partir do primeiro dia do seu afastamento. Após esse período, o benefício é suspenso. O seu restabelecimento ocorre quando o bancário retornar de sua licença.

Cláusula 29º

Garante a complementação do

auxílio doença por um período de 24 meses, nos seguintes termos: fica assegurado aos empregados a complementação salarial em valor equivalente à diferença entre a importância recebida pelo INSS e o somatório das verbas fixas recebidas mensalmente pelo bancário.

Cláusula 65ª

Garante o adiantamento do salário em valor equivalente ao somatório das verbas fixas de natureza salarial percebida mensalmente por um período de 120 dias até que seja realizada a perícia.

Saiba quais são os benefícios do INSS

O Auxílio Doença é o benefício concedido ao trabalhador contribuinte do INSS, que após a reforma de 2019, passou a se chamar “Benefício por Incapacidade Temporária”. A decisão quanto ao trabalhador segurado receber o Auxílio-Doença B91 ou B31, cabe ao perito federal por ocasião da perícia realizada pelo INSS. Existem dois tipos de benefício do Auxílio Doença:

1º) B91: Benefício por incapacidade temporária acidentária, que é garantido ao trabalhador segurado quando a incapacidade é causada por acidente ou doença do trabalho e de outras atribuições que a lei atribui os mesmos efeitos ao acidente ou doença ocupacional. É a chamada doença profissional ou do trabalho. O B91, quando concedido ao trabalhador garante uma estabilidade de 1 (um) ano a contar da data de seu retorno à atividade

profissional pós-licença, dando o direito ainda, aos depósitos do FGS durante todo este período em que estiver de licença saúde.

2º) B31: Benefício por incapacidade temporária previdenciária, que é garantido quando a incapacidade para o trabalho do empregado segurado é decorrente de uma doença comum ou um acidente que não tem relação com o exercício de sua atividade profissional.



**MAIS RESPEITO
COM A SAÚDE DO
TRABALHADOR!**

Direitos dos bancários em licença médica previstos na CCT

Cláusula 14, parágrafo primeiro: Auxílio Refeição

O auxílio refeição será concedido, antecipada e mensalmente, até o último dia útil do mês anterior ao benefício, à razão de 22 (vinte e dois) dias fixos por mês, inclusive nos períodos de gozo de férias e até o 15º (décimo quinto) dia nos afastamentos por doença ou acidente de trabalho.

Cláusula 15, parágrafos 1º e 2º - Auxílio Alimentação

Parágrafo Primeiro: O auxílio Alimentação é extensivo ao (à) empregado (a) que se encontra em gozo de licença-maternidade.

Parágrafo Segundo: O empregado afastado por acidente de trabalho ou doença fará jus ao auxílio alimentação por um prazo de 180 (cento e oitenta) dias, contados do primeiro dia de afastamento do trabalho.

Benefícios

Cláusula 29 - Complementação



de auxílio-doença previdenciário e auxílio-doença acidentário

Em caso da concessão de auxílio-doença previdenciário ou de auxílio-doença acidentário pela Previdência Social, fica assegurada ao empregado complementação salarial em valor equivalente à diferença entre a importância recebida do INSS e o somatório das verbas fixas por ele percebidas mensalmente, atualizadas.

Parágrafo primeiro - A concessão do benefício previsto nesta cláusula deverá observar as se-

guintes condições: a) será devida pelo período máximo de 24 (vinte e quatro) meses, para cada licença concedida a partir de 1º.09.2020. Os empregados que, em 1º.09.2020, já estavam afastados e percebendo a complementação, farão jus ao benefício até completar 24 (vinte e quatro) meses; b) a cada período de 6 (seis) meses de licença é facultado ao banco submeter o empregado à junta médica, devendo, para isto, notificar o empregado, por escrito, através de carta registrada ou telegrama e, simultaneamente, dar ciência do fato, por escrito, ao sindicato profissional respectivo, solicitando-lhe, ainda, a indicação do médico para compor a junta; c) desde que decorridos 12 (doze) meses da concessão da complementação e constatado pela junta médica que o empregado está em condições de exercer normalmente suas funções, a complementação deixará de ser paga pelo banco, mesmo que não tenha recebido alta médica do INSS; d) recusando-se o empregado a se submeter à junta médica, a complementação deixará de ser paga pelo banco, mesmo que não tenha recebido alta do INSS.

Parágrafo segundo - A junta médica será composta por 2 (dois) médicos, sendo um de livre escolha do banco, e outro, por este escolhido, dentre o mínimo de 2 (dois) médicos indicados pelo sindicato profissional. Decorridos 20 (vinte) dias da solicitação por escrito da formação da junta médica, a não

indicação de médico para compor a junta, por uma das partes, resultará no reconhecimento, para todos os efeitos, do laudo do médico indicado pela outra parte.

Parágrafo terceiro - Além de pagar o profissional por ele indicado, o banco arcará com as despesas do médico por ele escolhido dentre os indicados pelo sindicato profissional, até o limite da tabela da Associação Médica Brasileira - AMB

Parágrafo quarto - Na ocorrência de pareceres divergentes entre os médicos da junta, será indicado, de comum acordo entre o banco e o sindicato, um terceiro médico, para o desempate, cujas despesas de contratação serão de responsabilidade do banco, até o limite da tabela da Associação Médica Brasileira - AMB.

Parágrafo quinto - Quando o empregado não fizer jus à concessão do auxílio-doença, por não ter ainda completado o período de carência exigido pela Previdência Social, receberá a complementação salarial nas condições do parágrafo primeiro, desde que constatada a doença por médico indicado pelo banco.

Parágrafo sexto - A complementação prevista nesta cláusula será devida também quanto ao 13º salário.

Parágrafo sétimo - O banco

Cláusula 65 - Adiantamento e emergencial de salário nos períodos transitórios especiais de afastamento por doença

que já concede o benefício supra, quer diretamente, quer através de entidade de Previdência Privada da qual seja patrocinador, fica desobrigado de sua concessão, respeitando-se os critérios mais vantajosos.

Parágrafo oitavo - O banco fará o adiantamento do auxílio doença previdenciário ou auxílio doença acidentário ao empregado, enquanto este não receber da Previdência Social o valor a ele devido, procedendo ao acerto quando do respectivo pagamento pelo órgão previdenciário, que deverá ser comunicado, imediatamente, pelo empregado. Na ocorrência da rescisão do contrato de trabalho, por iniciativa do empregado, ou por iniciativa do banco, respeitados os períodos de estabilidades provisórias, e, havendo débitos decorrentes do adiantamento referido, o banco efetuará a correspondente compensação nas verbas rescisórias.

Parágrafo nono - Não sendo conhecido o valor básico do auxílio doença a ser concedido pela Previdência Social, a complementação salarial deverá ser paga em valores estimados. Se ocorrerem diferenças, a mais ou a menos, deverão ser compensadas no pagamento imediatamente posterior.

Parágrafo décimo - O pagamento previsto nesta cláusula deverá ocorrer junto com o dos demais empregados.

Enquanto ainda não concedido pelo INSS o benefício requerido, e pelo período máximo de 120 (cento e vinte) dias, fica assegurado o adiantamento emergencial de salário, em valor equivalente ao somatório das verbas fixas de natureza salarial, percebidas mensalmente, ao empregado cujo benefício previdenciário tenha cessado e que, cumulativamente: a) tenha sido considerado inapto pelo médico do trabalho do banco; e b) comprove ter apresentado recurso válido à Junta de Recurso do Conselho de Recursos do Seguro Social - JR/CRSS.

Parágrafo primeiro - Em qualquer hipótese, a concessão do adiantamento referido nesta cláusula fica condicionada à solicitação formal do empregado ao banco, que deverá ser entregue em até 7 (sete) dias úteis anteriores à data da perícia médica.

Neste mesmo documento, o empregado autorizará previamente o respectivo reembolso do valor adiantado pelo banco, nos seguintes prazos e condições: a) em caso de deferimento do benefício, ou do provimento do recurso, o empregado comunicará imediatamente ao banco o início do recebimento do benefício, e restituirá integral-

mente o valor do benefício recebido, até 5 (cinco) dias úteis após o recebimento do benefício ou das parcelas pagas com atraso, e, não o fazendo voluntariamente, mediante o desconto integral, sem juros, em folha de pagamento ou débito em conta corrente; b) em caso de indeferimento do benefício, ou do não provimento do recurso, o valor do adiantamento não será descontado; e c) na ocorrência de rescisão contratual, os valores relativos ao adiantamento que ainda não tiverem sido reembolsados ao banco serão deduzidos integralmente, sem juros, do valor total das verbas rescisórias devidas ao empregado, em sendo insuficiente este, mediante o desconto integral, sem juros, em folha de pagamento ou débito em conta corrente;

Parágrafo segundo - O adiantamento a que se refere a presente cláusula não será devido ao empregado que deixar de comparecer à perícia médica agendada pelo INSS, ou requerer remarcação da mesma. Os adiantamentos que já tiverem sido efetuados serão restituídos em consonância com o parágrafo primeiro desta cláusula.

Parágrafo terceiro - O empregado que deixar de comunicar ao banco, até 2 (dois) dias úteis após o recebimento do comunicado, perderá o direito ao adiantamento, ficando obrigado a restituir integralmente o valor que recebeu a este título, no prazo de até 5 (cin-

co) dias úteis, contados da data em que se realizaria a perícia médica, mediante o desconto integral, sem juros, em folha de pagamento ou débito em conta corrente.

Parágrafo quarto - O adiantamento de que trata a presente cláusula não poderá ultrapassar o período máximo de 120 (cento e vinte) dias para todos os fins.

Parágrafo quinto - O adiantamento do benefício previdenciário será concedido mediante a apresentação, pelo empregado, do atestado médico indicando afastamento superior a 15 (quinze) dias, até o 1º dia útil a contar da data da sua emissão, e da comprovação do agendamento da 1ª (primeira) perícia médica, a ser realizada pelo INSS.

Parágrafo sexto - Esta cláusula não altera as condições estabelecidas nas cláusulas que tratam do auxílio cesta alimentação, da décima terceira cesta alimentação e da complementação de auxílio-doença previdenciário e auxílio-doença acidentário desta Convenção Coletiva de Trabalho.

Parágrafo sétimo - O adiantamento previsto nesta cláusula não será cumulativo com o pagamento referido na cláusula de complementação de auxílio-doença previdenciário e auxílio-doença acidentário desta Convenção Coletiva de Trabalho.

Parágrafo oitavo - As partes signatárias desta Convenção Coletiva de Trabalho comprometem-se a buscar, em conjunto, entendimentos perante a Previdência Social visando solução sistêmica para as questões que dão origem às dificuldades cujos efeitos a presente cláusula se propõe a minimizar.

Parágrafo nono - Ficam ressalvadas as condições mais favoráveis previstas nos acordos coletivos ou instrumentos normativos internos dos quais façam parte os signatários da presente Convenção.

Saúde no Trabalho

Cláusula 45 - Afastamentos por doença superiores a 15 dias

O empregado que, por motivo de doença, afastar-se do trabalho por período superior a 15 (quinze) dias consecutivos, deverá apresentar ao banco, mediante protocolo de entrega, o atestado médico que comprove a sua incapacidade laborativa, até o 1º (primeiro) dia útil após a sua emissão, salvo se houver alteração do prazo estabelecido no Sistema Simplificado de Escrituração Digital de Obrigações Previdenciárias, Trabalhistas e Fiscais, que substituiu o ‘eSocial’, quando este passará a ser observado.

Parágrafo único - Nos casos de afastamento superior a 15 (quin-

ze) dias, mediante o recebimento do atestado médico nos termos do caput desta cláusula, o banco requererá, até o 30º (trigésimo) dia do afastamento, a concessão do benefício junto ao INSS, salvo se, até o 20º (vigésimo) dia do afastamento, o empregado comprovar haver requerido o benefício diretamente àquele órgão, ou manifestar por escrito, no ato da entrega do atestado médico, a intenção de fazê-lo por seus próprios meios.

Cláusula 46 - Declaração do último dia trabalhado (dut)

Ao empregado afastado do trabalho por mais de 15 (quinze) dias, que comprove haver requerido o benefício diretamente ao INSS, fica assegurada a entrega, pelo banco, da Declaração do Último Dia Trabalhado (DUT).

Parágrafo primeiro - Para os fins previstos no caput desta cláusula, o empregado deve comprovar, no prazo de até 7 (sete) dias úteis anteriores à perícia médica, haver requerido o benefício ao INSS.

Parágrafo segundo - Atendida, pelo empregado, a condição prevista no parágrafo anterior, o banco entregará a “DUT” até 2 (dois) dias úteis anteriores ao dia da perícia médica.

Assédio Moral é crime.

Denuncie

O assédio moral é a exposição imposta ao empregado a situações humilhantes e constrangedoras no ambiente de trabalho, de forma repetitiva e prolongada, no exercício de suas atividades. É uma conduta criminosa e desumana que traz danos à dignidade e à integridade do indivíduo, colocando a saúde em risco e prejudicando o ambiente de trabalho.

Caso você esteja sofrendo pressão psicológica e assédio moral em função das metas absurdas nos bancos, não tenha medo. Procure o Sindicato e denuncie. É seguro e importante. Seu nome será preservado. O silêncio é a maior arma do assediador. E saiba que esta prática é crime.

Números assustadores

Uma pesquisa realizada pela Confederação dos Trabalhadores do Ramo Financeiro (Contraf-CUT) com o Fundo para Igualdade de Gênero (FIG), em 2021, com 2.609 bancários de 25 estados, revelou que 60,72% dos trabalhadores da categoria que foram entrevistados sofrem assédio moral e se sentem nervosos, tensos ou



preocupados em função da atividade profissional nos bancos. Outros sintomas apontados pelos bancários são cansaço, tristeza, insônia e dor de cabeça. A pesquisa faz parte do Projeto Assédio Moral na Categoria Bancária.

A jornada excessiva de trabalho, muitas vezes além das seis horas diárias previstas na Convenção Coletiva da Categoria, a sobrecarga, o acúmulo de funções e a apologia da competição individual foram também citados por 71% dos entrevistados como problemas nas relações de trabalho.

Denuncie o assédio moral. Ligue para (21) 2103-4106/4150/4151 (Secretaria de Saúde do Sindicato) ou através do email saude@bancariosrio.org.br.

Assédio sexual é crime previsto no Código Penal



O assédio sexual é definido por lei como o ato de “constranger alguém, com o intuito de obter vantagem ou favorecimento sexual, prevalecendo-se o agente da sua condição de superior hierárquico ou ascendência inerentes ao exercício de emprego, cargo ou função”, conforme previsto no Código Penal, artigo 216-A.

Na categoria bancária repercutiu muito os casos de denúncias de assédio sexual na Caixa Econômica Federal, mas o problema acontece nos demais bancos.

As maiores vítimas deste tipo de assédio são as mulheres, mas há

casos também em que os homens é que são assediados. O caso da Caixa mostrou que a denúncia das vítimas é fundamental para combater este tipo de violência. Conte com o Sindicato que dá todo o apoio às vítimas e, se necessário, o Departamento Jurídico da entidade agirá em defesa das bancárias e bancários nestes casos.

Ligue para Jurídico do Sindicato e denuncie: (21) 2103-4104/4125/4128/4173 ou pelo email juridico@bancariosrio.org.br.

Para mulheres vítimas de violência acione o WhatsApp (21) 98013-0042

Síndrome de Burnout e outras doenças mentais no trabalho

Cada vez mais, bancários e bancárias sofrem de doenças psíquicas e emocionais. No mundo inteiro, milhões de trabalhadores são vítimas da Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional, que é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade.



As diversas doenças emocionais adquiridas no ambiente de trabalho já respondem por metade das doenças ocupacionais. De 2017 a 2021, 90% dos acidentes de trabalho reconhecidos como doenças ocupacionais foram Ler/Dort (46%) e transtornos Mentais (44%) e apenas 10% outros tipos de enfermidades adquiridas no trabalho.

A Burnout foi recentemente classificada como doença do trabalho

pela OMS (Organização Mundial de Saúde). Passou da hora de mudarmos isso e o Sindicato está ao seu lado na luta pelo combate destas e outras doenças, a maioria gerada pela pressão psicológica e assédio moral resultante das metas desumanas nos bancos. Um atendimento digno e respeitoso dos peritos do INSS é outra campanha que será prioridade na campanha nacional da categoria este ano. Estamos juntos nesta luta.

Sintomas da Síndrome de Burnout

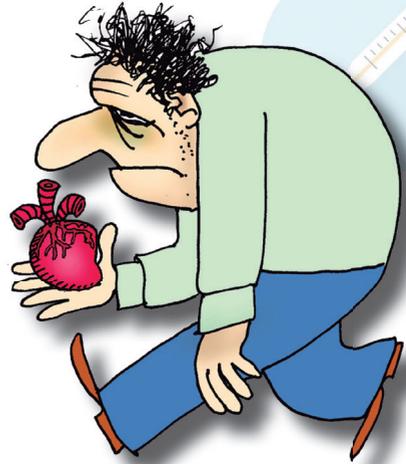
- Pensamentos negativos e repetitivos
- Choro excessivo e sem causa aparente
- Desesperança geral
- Sensação de fracasso e derrota
- Problemas nas relações interpessoais

Sintomas de depressão

- **Humor:** Autoculpa; descontentamento; desesperança; tristeza e perda de interesse
- **Sono:** Insônia; sono agitado; excesso de sonolência durante o dia e despertares na madrugada
- **Pensamentos:** Falta de concentração; lentidão durante atividade e pensamentos de suicídio.
- **Comportamento:** Agitação, choro excessivo, irritabilidade e isolamento social.
- **Corpo:** Fadiga; fome excessiva ou perda de apetite; inquietação; dores musculares.

Sintomas de Ansiedade

- **Humor:** Angústia constante; preocupação excessiva; medo irracional; insegurança; falta de humor, ressentimento e dor.
- **Sono:** Irritabilidade; Dificuldade para dormir; pensamentos descontrolados.
- **Pensamentos:** Falta de concentração; pensamentos confusos; preocupação exagerada.
- **Comportamento:** Sensação de algo ruim vai acontecer; medo constante;



- descontrole dos próprios pensamentos.
- **Corpo:** Tensão muscular; dor nas costas; dor de barriga ou diarreia constantes; tontura ou sensação de desmaio.

Sintomas Bipolar

- **Humor:** Mudança constante de humor; alternância de sentimento de tristeza e entusiasmos excessivos; apatia; autoculpa; desesperança; perda de interesse e raiva.
- **Sono:** Dificuldade em adormecer ou excesso de sonolência.
- Pensamentos:** Pensamentos indesejados; falta de concentração; lentidão nas atividades; falsa superioridade.
- **Comportamento:** Irritabilidade; comportamento de risco; desorganização; agitação; agressividade; excesso de desejo sexual; hiperatividade e impulsividade.

**Informações da psicóloga Juliana Costa.*

Cartilha criada pela Secretaria de Saúde do Seeb-Rio

Diretores:

Edelson Figueiredo (Diretor Executivo)

Tânia Belém; Thiago Sant' Anna Martins ; Leonice; Tania Pereira; Denia Cristina de Jesu; Eliett Costa Lima; Roberta Marques Gusmão; Mariana Turl Machado; Renato Higino; Mônica Cristina Mota Maia; Jô Araújo; Marcelo Luís Cesar; Nancy Furtado

Funcionários:

Bruna Macaio do Vale Braga; Mariza Braga dos Santos; Célio Roberto da Cruz; Zina A. F da Silva

Telefones:

2103-4110/4164/4176/4186/4149/4116

E-mail: saude@bancariosrio.org.br

Secretaria de Imprensa do Sindicato do Bancários do Rio de Janeiro

Mai/2023

**Diretora Executiva da Secretaria de Imprensa:
Vera Luiza Xavier**

Diretores:

**Ronald Carvalhosa
José Pinheiro**

Jornalista Responsável:

**Carlos Vasconcellos Mtb 21335/RJ
Redação e Edição**

**Diagramação & Arte:
Marcos Scalzo**

Fotos:

Nando Neves

SINDICATO DOS BANCÁRIOS
DO RIO DE JANEIRO

