

Saúde = Bem-estar físico, mental e social – Um investimento na saúde do trabalhador

“ Todos os trabalhadores, sem distinção de idade, sexo, raça, cidadania, território de origem, religião, convicções políticas ou ideológicas, têm direito (...) a prestação do trabalho em condições de higiene, segurança e saúde (...)”

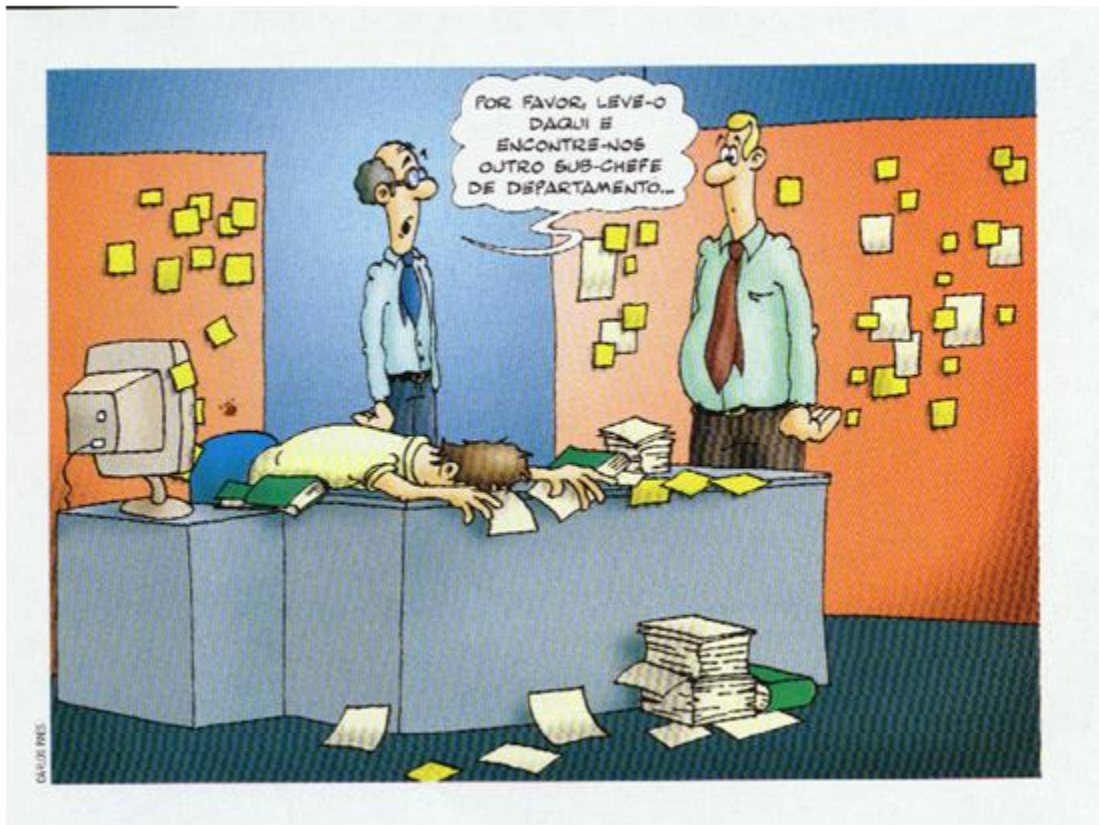
(Art.º 59.º, Lei constitucional nº 1/2004, de 24 de Julho)

Caso japonês

“Um certo senhor de nome Noboro Fujii, morreu em 09 de Janeiro de 1989. Acontecimento comum, não fosse o facto de ter a seguinte particularidade, pela primeira vez na historia do Japão. “ A inspeção de trabalho decidiu que a viúva devia receber uma pensão do empregador porque o marido tinha morrido por ter trabalhado demasiado”

53% dos executivos afirma sentir que a saúde é afetada pelo trabalho

Fonte: BeWell



Concepção médica	Somático-fisiológica	Ausência de enfermidade. Bem-estar do corpo e do organismo
	Psíquica	Inter-relação no organismo humano entre o corpo e espírito
	Sanitária	Preservar, manter ou recuperar a saúde colectiva e não a individual
Concepção Social	Político-legal	É um direito para toda a população
	Económica	É mais rentável investir em actividades preventivas do que esperar que apareça a enfermidade
	Sociológica	Saúde e enfermidade são acontecimentos sociais
Concepção Ideal (O.M.S)	Bem-estar físico, social e mental completo e não a simples ausência de doença ou enfermidade	

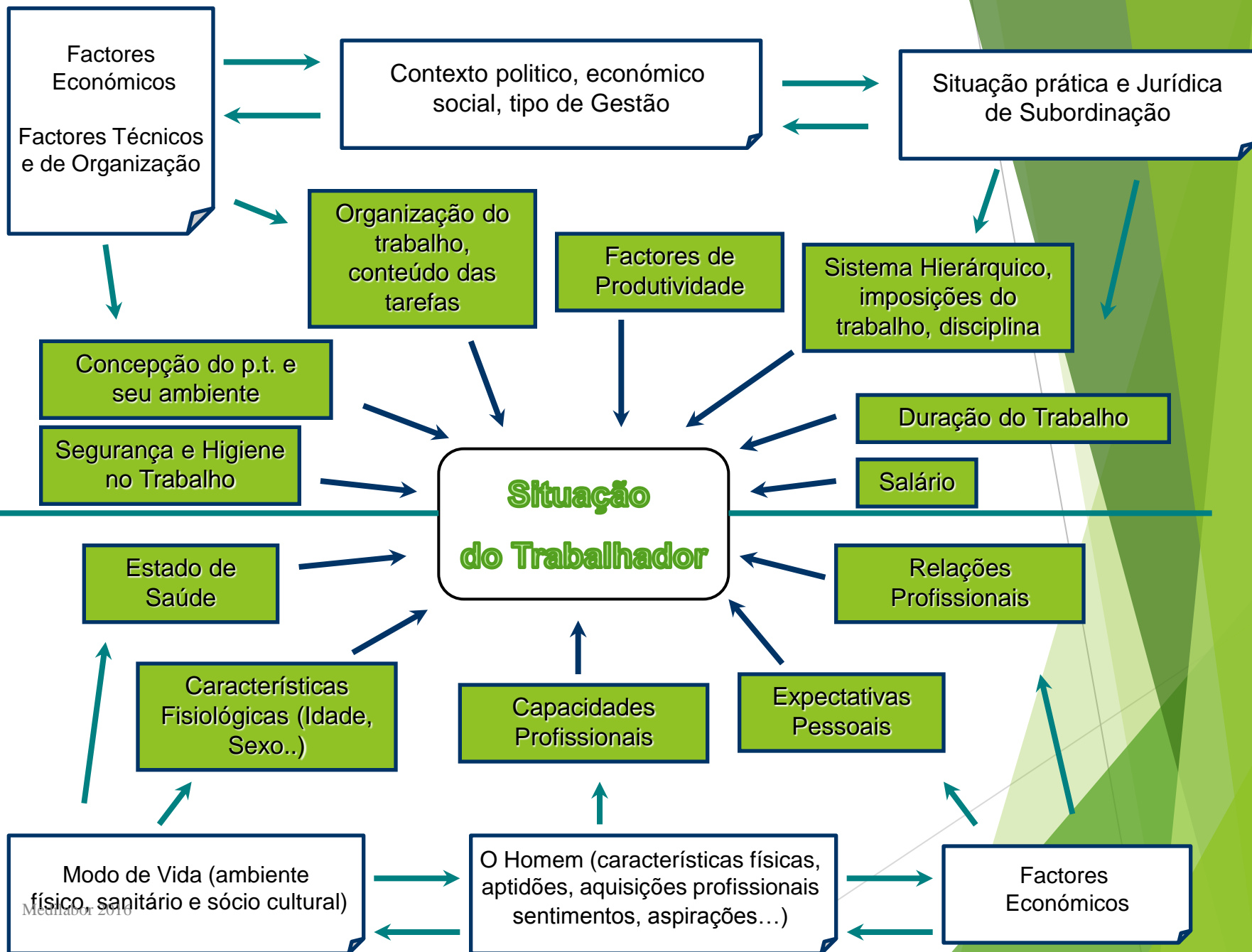
Fonte: Pascual

Caminhada

Benefícios

1. Auxilia nos tratamentos de osteoporose
2. Reduz a Pressão Arterial
3. Combate a depressão
4. Controla o Colesterol
5. Melhora a Qualidade do Sono
6. Auxilia no controlo de Diabetes
7. Emagrece e Equilibra o peso
8. Controla a vontade de comer
9. Protege contra ACV's e Enfartes

Trabalho



O Campo das Condições de Trabalho