

**INFORMATIVO**

**ABRIL/26**

**MED**  
**MKT**  
SEGUROS E BENEFÍCIOS

**ABRIL  
AZUL**



Meta AI

## Conscientização sobre o Autismo

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neuro desenvolvimento que afeta a comunicação, a interação social e o comportamento.

Cada pessoa autista é única, com características e necessidades diferentes.

O autismo não é uma doença e não tem “aparência”.

### NÍVEIS DE SUPORTE

**1** Menor necessidade de apoio

**2** Apoio moderado

**3** Maior necessidade de apoio

O Abril Azul surgiu a partir da criação do Dia Mundial de Conscientização do Autismo (2 de abril), com o objetivo de informar, combater o preconceito e promover a inclusão. Inclusão e tratamento: O acompanhamento deve ser individualizado, com profissionais como fonoaudiólogo, terapeuta ocupacional e psicólogo.



A inclusão desde cedo contribui para o desenvolvimento, autonomia e qualidade de vida. Empatia faz a diferença: Mais do que entender, é preciso acolher. Respeitar o tempo, as necessidades e as diferenças de cada pessoa autista é um passo essencial para construir uma sociedade mais inclusiva, humana e cheia de amor.

 /medmkt\_

 /medmarketingcorretoradeseguros

[www.medmkt.com.br](http://www.medmkt.com.br)

Nos siga nas redes sociais para ficar por dentro de todas as novidades!

**INFORMATIVO**

**ABRIL/26**

**MED**  
**MKT**  
SEGUROS E BENEFÍCIOS

# ABRIL VERDE

## SAÚDE E SEGURANÇA NO TRABALHO

A Campanha Abril Verde é um movimento nacional voltado para a conscientização sobre segurança e saúde no ambiente de trabalho, destacando a importância da prevenção de acidentes e doenças ocupacionais.

Realizada em abril, em referência ao Dia mundial da Segurança e Saúde (28 de abril) e ao Dia Nacional em Memória das Vítimas de Acidentes e Doenças do Trabalho no Brasil, a campanha busca envolver todos na promoção de um ambiente de trabalho mais seguro e saudável.

**Ergonomia:** A Norma Regulamentadora (NR17) trata sobre o mobiliário ergonomicamente adequado para os ambientes de trabalho, dos equipamentos às condições ambientais nas quais devem ser cumpridas as tarefas laborais do trabalhador. O mobiliário deve possuir regulagens para que o próprio trabalhador possa adaptá-los às suas características, como, por exemplo, posicionamento correto da estação de trabalho, do mouse e do teclado, altura da cadeira, posição e brilho dos computadores, apoio para os pés, entre outras.

**Ginastica Laboral:** Trata-se de uma série de exercícios praticados no local de trabalho, com o objetivo de proporcionar boas condições físicas e mentais à equipe. Contudo, não é uma substituição de outras atividades, tais quais exercícios de musculação ou práticas de esportes. Essa ginástica, como o próprio nome diz, é realizada no ambiente de trabalho, preparando o trabalhador para as primeiras horas do trabalho, composta por alongamentos, permitindo a recuperação de suas condições, durante ou ao final da jornada de trabalho para diminuir a fadiga e prevenir doenças ocupacionais crônicas.

### Que tal aplicar alguns exercícios para aplicar na sua equipe?



1- Alongamento de pescoço;



2- Alongamento de ombros e braços;



3- Alongamento de mãos e pulsos;



4- Alongamento de costas;



5- Exercício de relaxamento e respiração.

FONTES:

<https://autismoerealidade.org.br/2022/04/30/abril-azul-historia-e-significados/>

<https://www.ifmg.edu.br/portal/progep/desenvolvimento-de-pessoas/qualidade-de-vida-no-trabalho/abril-azul#:~:text=O%20dia%20de%20abril%20foi%20institu%C3%ADdo,que%20a%20ci%C3%Aancia%20ainda%20n%C3%A3o%20consegue%20explicar>

<https://www.gov.br/dnocs/pt-br/assuntos/noticias/abril-azul-mes-de-conscientizacao-sobre-autismo>

<https://www.saojosedocalcado.es.leg.br/institucional/noticias/abril-verde>

<https://ambientec.com/importancia-da-ginastica-laboral-no-ambiente-de-trabalho/>

<https://totalpass.com.br/blog/recursos-humanos/ginastica-laboral-pode-ajudar-no-trabalho/>



/medmkt\_

/medmarketingcorretoradeseguros

www.medmkt.com.br

Nos siga nas redes sociais para ficar por dentro de todas as novidades!

