



# JORNAL DA CIPA- 4ª Edição

## Gestão 2025/2026

### Fevereiro de 2026



## “CUIDAR DA SAÚDE É CUIDAR DA VIDA”

### Fevereiro Roxo

- Lúpus: doença autoimune; atenção a dores e inflamações constantes.
- Alzheimer: observar esquecimentos frequentes e mudanças de comportamento.
- Fibromialgia: dores musculares persistentes e fadiga extrema.

### Fevereiro Laranja

- Leucemia: atenção para fraqueza intensa, palidez, manchas roxas e sangramentos incomuns.



Dica: Ao notar sintomas persistentes, procure avaliação médica.

## VOCÊ SABIA?

O diagnóstico precoce de muitas doenças melhora muito o tratamento e a qualidade de vida. Prestar atenção aos sinais do corpo é um ato de prevenção.



## CHECKLIST

### Cuidados no Carnaval (para dentro e fora da empresa)

- Hidrate-se regularmente
- Use filtro solar em atividades externas
- Evite excessos e respeite seus limites
- Utilize equipamentos de proteção no trabalho
- Planeje o transporte com segurança (sem álcool ao volante)
- Cuide da saúde auditiva em ambientes com som alto



# Conscientização e segurança para um mês mais leve



## FIQUE ATENTO!

### Alertas Rápidos- EVITE!

- ⚠️ Exposição prolongada ao sol sem proteção
- ⚠️ Trabalho com cansaço excessivo pós-feriado
- ⚠️ Desatenção por uso de álcool
- ⚠️ Ambientes barulhentos afetando a comunicação
- ⚠️ Uso incorreto de EPIs durante atividades festivas internas



## O QUE A CIPA FEZ POR VOCÊ?

No mês de Janeiro realizamos:

- Palestra em alusão ao Janeiro Branco (Saúde Mental)
- Vistoria e correção em todas as áreas do clube com foco de dengue.
- Campanha de vacinação.
- Orientações sobre transporte do Clube.
- Contato com áreas para organização de entulhos.

### Contato

E-mail institucional:  
[rodrigo.otavio@iatebsb.com.br](mailto:rodrigo.otavio@iatebsb.com.br)  
CIPA Gestão 2025/2026

Procure a CIPA em caso de dúvidas ou sugestões.

Fevereiro é um lembrete para cuidarmos da mente, do corpo e da segurança. Aproveite o Carnaval com responsabilidade e conte sempre com a CIPA



**IATE CLUBE**  
DE BRASÍLIA