

# Política Previdenciária de Saúde e Segurança do Servidor

## DSS n.º 09 – DDS – Uso do Celular no Trabalho

*Educação em Segurança e Saúde do Trabalho*

### Introdução

O celular é um recurso presente no dia a dia de praticamente todos os trabalhadores. Ele facilita comunicação, acesso a informações e pode até apoiar atividades profissionais.

Porém, no ambiente de trabalho, o uso inadequado do celular pode gerar distrações, acidentes, problemas de saúde e riscos à segurança da informação, comprometendo não apenas o servidor, mas também toda a instituição.

### Os 3 grandes grupos de risco do celular no trabalho

Dividimos os riscos em três áreas principais:

#### 1. Riscos de acidentes e distração

Este é o risco mais imediato e perigoso.

A mente humana não consegue manter foco total em duas tarefas ao mesmo tempo. Assim, uma simples olhada no celular pode resultar em falhas graves, dentre as principais, citamos.





**PIRAPORA PREV**  
Instituto de Previdência do Município  
de Pirapora do Bom Jesus



- ❖ **Operação de máquinas:** qualquer distração pode causar acidentes com lesões permanentes.
- ❖ **Trânsito interno e externo:** uso de celular ao volante ou caminhando aumenta risco de colisões e atropelamentos.
- ❖ **Atividades de risco:** trabalhos em altura, espaços confinados ou produtos químicos exigem atenção total.

## 2. Riscos à saúde física e mental

O excesso de notificações e a necessidade de estar sempre online pode gerar:

- estresse
- ansiedade
- dificuldade de descanso
- risco de Burnout

O conceito do direito à desconexão é essencial para descanso e saúde mental



## 3. Riscos à segurança da informação



O celular também pode ser porta de entrada para riscos institucionais relevantes.

Principais riscos citados:

### ✦ Vazamento de informações

Fotografar ou filmar documentos, telas ou processos internos pode gerar consequências graves e violar normas de sigilo e a LGPD.

## ★ Riscos digitais (cibersegurança)

Baixar aplicativos suspeitos ou clicar em links desconhecidos pode introduzir vírus na rede institucional.

Também é perigoso usar redes Wi-Fi públicas para acessar dados sensíveis.

## Celular no trabalho pode ser aliado (quando usado corretamente)

Apesar dos riscos, o celular pode ser uma ferramenta positiva quando utilizado com responsabilidade e autorização.

Exemplos de uso adequado:

- comunicação rápida em situações urgentes
- registro de condições inseguras (fotos para reportar risco)
- consulta a manuais e procedimentos
- acesso a checklists e orientações de trabalho



---

## Nosso combinado: bom senso e política institucional

Ter um padrão é necessário equilibrar tecnologia e responsabilidade.

O servidor deve seguir:

- ❖ as normas institucionais
- ❖ orientações da chefia imediata
- ❖ bom senso no uso da ferramenta

---

## Conclusão

A tecnologia não é vilã. O risco está na forma como ela é utilizada.

O desafio do uso do celular no trabalho é garantir disciplina e atenção, mantendo o foco na segurança individual e coletiva.

★ **Celular deve ser usado com inteligência e responsabilidade.**

## Reflexão do DDS

Meu uso do celular no trabalho está contribuindo para a segurança ou está criando riscos desnecessários?

