


# Fase 1: Comunicação do diagnóstico

- ✓ *Demonstrar empatia e compreensão da situação.*
- ✓ *Averiguar junto do trabalhador se deseja que se dê a conhecer a situação.*
- ✓ *Averiguar com o trabalhador como deseja comunicar a situação (aos colegas/entre o empregador e o trabalhador).*
- ✓ *Dar a conhecer os direitos e obrigações legais do empregador e do trabalhador no que se refere à baixa por doença.*
- ✓ *Verificar se o trabalhador tem capacidade de exercer a sua atividade profissional e em que medida, em termos de carga de trabalho, tarefas e necessidade de assistência.*
- ✓ *Decidir o tempo durante o qual será necessário um substituto, caso o trabalhador não possa exercer a sua atividade profissional.*

Obtenha mais informações sobre o projeto da EU-OSHA sobre reabilitação e regresso ao trabalho



**A Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho (EU-OSHA)** contribui para tornar os locais de trabalho na Europa mais seguros, mais saudáveis e mais produtivos. A Agência investiga, desenvolve e distribui informação fidedigna, equilibrada e imparcial em matéria de segurança e saúde e organiza campanhas de sensibilização em toda a Europa. Criada pela União Europeia em 1994 e sediada na cidade espanhola de Bilbau, a Agência reúne representantes da Comissão Europeia, dos governos dos Estados-Membros e de organizações de empregadores e de trabalhadores, bem como destacados peritos de cada um dos Estados-Membros da União Europeia e de outros países.



## Conselhos para os empregadores sobre o regresso ao trabalho de trabalhadores diagnosticados com cancro

Agência Europeia para  
a Segurança e Saúde no Trabalho  
Santiago de Compostela 12, 48003 Bilbau, Espanha  
Tel. +34 944358400 | Fax +34 944358401  
Correio eletrónico: [information@osha.europa.eu](mailto:information@osha.europa.eu)  
<https://osha.europa.eu/pt>

© Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho, 2018  
Reprodução autorizada mediante indicação da fonte.  
Para a utilização das fotografias, a autorização deve ser solicitada  
diretamente ao titular dos direitos de autor.

Imagem da página de rosto: ©iStock/Francesco Ridolfi



Segurança e saúde no trabalho diz respeito a todos. Bom para si. Bom para as empresas.

## Fase 2: Período de tratamento

- ✓ Manter-se em contacto com o trabalhador e avaliar as suas necessidades, expectativas, possibilidades para trabalhar e interesses.
- ✓ Discutir a possibilidade de o trabalhador se manter em contacto com o seu departamento e colegas de acordo com os seus desejos (fase 1, 3.º ponto).
- ✓ Discutir a possibilidade de programas de atividade física direcionados para doentes de cancro durante o tratamento.
- ✓ Fornecer informações sobre cancro e trabalho e sobre questões relacionadas com o regresso ao trabalho, aos colegas e supervisores do trabalhador, de acordo com a fase 1, 2.º e 3.º pontos.

## Fase 3: Planificação do regresso ao trabalho

- ✓ Envolver o médico do trabalho na escolha de opções adequadas de regresso ao trabalho.
- ✓ Discutir os direitos e obrigações legais do empregador e do trabalhador.
- ✓ Fornecer informações ao trabalhador sobre o programa de regresso ao trabalho da empresa. Adaptar esse programa às necessidades e preferências do trabalhador.
- ✓ Um programa que combine exercício físico, apoio psicológico e ajustamentos laborais pode ser uma mais-valia para melhorar o regresso ao trabalho.
- ✓ Desenvolver um plano de regresso ao trabalho com o supervisor, o trabalhador e o médico do trabalho.
- ✓ Discutir com o trabalhador os seus desejos relativamente a intervenções, programas de reabilitação e acompanhamento profissional de regresso ao trabalho.

## Fase 4: Regresso ao trabalho

- ✓ O regresso ao trabalho deve ser realizado por fases em estreita cooperação com o trabalhador.
- ✓ Em caso de uma grande redução da aptidão para o trabalho, devem ser cuidadosamente avaliadas opções de reintegração alternativas ou externas com outras partes, incluindo o médico do trabalho, assistentes sociais e gestão de recursos humanos.
- ✓ Monitorizar e ajustar o plano de regresso ao trabalho, se necessário.

### CONSELHOS PARA OS EMPREGADORES EM PEQUENAS E MÉDIAS EMPRESAS

- ✓ Fornecer informações ao trabalhador sobre possíveis programas (externos) para o regresso ao trabalho.
- ✓ Fornecer apoio e formação aos colegas e supervisores do trabalhador de acordo com a fase 1, 2.º e 3.º pontos.
- ✓ Tornar as exigências do trabalho mais flexíveis.
- ✓ Seguir o exemplo de outras empresas que têm trabalhos mais flexíveis.