



# A AGRICULTURA FAMILIAR É FUNDAMENTAL PARA SALVAR O PLANETA

Foto DIVULGAÇÃO



**“INFELIZMENTE** estamos entre os mais impactados com as mudanças climáticas. O Rio Grande do Sul ainda se restabelece dos estragos causados por enchentes. A Amazônia enfrenta uma seca jamais vista, com riscos terríveis para esse bioma tão diverso e rico, e quem paga o pato é o povo trabalhador”, afirma Sandra Paula Bonetti, secretária de Meio Ambiente da Confederação Nacional dos Trabalhadores Rurais Agricultores e Agricultoras Familiares (Contag) e da Central dos Trabalhadores e Trabalhadoras do Brasil (CTB).

Para barrar essa destruição, “as trabalhadoras e os trabalhadores do campo precisam tomar posição e defender que a agropecuária respeite a natureza”, conclui Sandra. Ela destaca a importância do Plano Clima, criado pelo governo Lula com a participação de toda a sociedade com o objetivo de encontrar soluções compatíveis com as necessidades da população, do país e do mundo. **Leia mais** <https://encr.pw/hGPXH>



# SAIBA COMO DETECTAR E DENUNCIAR O ASSÉDIO NO TRABALHO

Foto DIVULGAÇÃO



A Justiça do Trabalho, de 2020 a 2023, em todas as instâncias, julgou 419.342 ações envolvendo assédio moral (crescimento de 44,8%) e assédio sexual (elevação de 5%).

O comportamento assediador é repetitivo e intencional para prejudicar ou desestabilizar o

empregado. Insultos, gritos, mensagens escritas, gestos, cantadas, humilhações e ameaças são algumas ações diretas da prática. As indiretas incluem piadas, insinuações, fofocas, boatos, convites impertinentes, isolamento e exclusão do grupo de

trabalho.

Mas, é necessário ter atenção. Para que o assédio seja caracterizado como crime, é preciso considerar aspectos como a conduta praticada ser abusiva, recorrente, haver ofensa à dignidade psíquica do indivíduo, ter por objetivo inferiorizar, prejudicar ou isolar o empregado, além de causar algum impacto na saúde do colaborador.

É importante que a vítima faça a denúncia através dos canais internos disponíveis na empresa. Se ainda assim não for escutada, deve procurar apoio por outros meios, como o sindicato, a associação ou o Ministério Público do Trabalho.

## Os riscos do trabalho noturno



Trabalhar à noite pode trazer sérios riscos à saúde. Estudos mostram que a inversão do ciclo circadiano afeta o sono e o funcionamento do organismo. De acordo com pesquisa do NIH (Instituto Nacional de Saúde dos Estados Unidos), a adaptação prejudica o bem-estar e eleva o risco de doenças cardiovasculares, gastrointestinais e até câncer.

A exposição à luz artificial durante a noite reduz a produção de melatonina, hormônio essencial para a regulação do sono e proteção contra o câncer, como apontado por estudos publicados no International Journal of Cancer.

Os trabalhadores noturnos também têm aumento significativo no risco de Burnout. A dificuldade de equilibrar vida profissional e pessoal, somada à privação de sono de qualidade, pode levar a um desgaste emocional e físico considerável.

Embora ajustes simples nos horários de trabalho possam ajudar a aliviar alguns impactos, é crucial que políticas de proteção e suporte sejam implementadas para garantir a saúde e o bem-estar.

## O agronegócio destrói o Brasil

Foto DIVULGAÇÃO

O Brasil atravessa um dos piores cenários climáticos da história recente. A seca que se espalha por 58% do território nacional em 2024 é reflexo da deterioração ambiental que ocorre há décadas, impulsionada, em grande parte, pelo agronegócio. Embora o setor seja frequentemente promovido como o motor da economia brasileira, as práticas insustentáveis causam danos devastadores ao meio ambiente.

O avanço desenfreado da monocultura, da pecuária extensiva e do desmatamento para ampliar áreas de cultivo e pastagem desestabiliza os biomas brasileiros. A Amazônia,



o Cerrado e o Pantanal estão entre os mais afetados, sendo constantemente destruídos. Isto contribui para a perda da biodiversidade e afeta diretamente o ciclo hidrológico, intensificando secas e períodos de estiagem prolongada.

Queimadas ilegais são utilizadas como estratégia para "limpar" terrenos para o plantio, o que gera crise de saúde pública com a piora da qualidade do ar e provoca o deslocamento de comunidades tradicionais. Os incêndios florestais, aliados à seca, criam um ciclo vicioso em que a destruição de áreas naturais reduz a capacidade de absorção de carbono e a retenção de umidade.