

# «Contribuímos para o bem-estar e a felicidade dos trabalhadores.»



**Nos 25 anos da Centralmed, 'player' em destaque na área de SST no nosso país, ouvimos a diretora geral, Rute Castanheiro, que aí começou o percurso profissional, em 2000. Para a responsável, o trabalho realizado tem sido um enorme desafio, mas também muito gratificante por se tratar de uma área em constante evolução e que todos os dias contribui para que a população trabalhadora tenha as melhores condições para exercer a atividade profissional.**

Texto: Redação human Foto: DR

## **C**omo olha para o percurso de duas décadas e meia da empresa?

Tem sido um percurso desafiante, de enorme crescimento e evolução. A Centralmed nasceu há 25 anos com a visão pioneira de uma pessoa muito especial – o seu sócio fundador, senhor Francisco Vidigal –, de trabalhar para a melhoria das condições dos locais de trabalho apoiando o tecido empresarial português a implementar uma cultura de segurança e saúde que valorize o seu maior recurso – os trabalhadores. Era um tema que ainda dava os primeiros passos, sendo pouco valorizado.

A saúde era apenas a ausência de doença na vida quotidiana, sem grande associação ao local de trabalho, embora existisse já legislação e houvesse institutos criados para intervir nesta temática. Foi com o intuito de abordar uma nova visão, num mercado com enorme potencial, que foi organizada a primeira equipa Centralmed, abordando assim a saúde ocupacional.

Trabalhamos todos os dias para promover a saúde e o bem-estar das organizações e dos seus profissionais, apostando no rigor e na qualidade dos serviços que prestamos.

**O mundo do trabalho mudou muito em termos de**

## **saúde e segurança durante este tempo?**

Sim, e ainda bem. O trabalho realizado ao longo destes anos tem sido um enorme desafio, mas tem sido também muito gratificante por saber que estamos numa área em constante evolução e que todos os dias contribui para que a população trabalhadora tenha as melhores condições para exercer a atividade profissional. Contribuímos para o bem-estar e a felicidade dos trabalhadores, que acaba por ter relação direta com o crescimento económico das empresas.

No entanto, são várias as dificuldades que encontramos no terreno, seja pela falta de conhecimento acerca das vantagens de que as empresas podem usufruir quando têm uma boa cultura de segurança, como pelas oscilações da economia e a evolução dos métodos de trabalho, o que nos desafia a lutar a cada dia, a inovar, a acompanhar a evolução dos mercados sempre com o mesmo foco na segurança e na saúde dos trabalhadores.

## **O que destaca nas mudanças que ocorreram?**

Há empresas mais conscientes da importância de uma gestão de saúde e segurança no trabalho (SST) robusta, e nesse sentido a pandemia veio alavancar positivamente essa perceção. O êxito de qualquer empresa advém, antes de mais, do êxito dos seus trabalhadores, que só é plenamente alcançado se estes sentirem bem-estar e segurança no trabalho e beneficiarem de bons níveis de saúde.

## **Pode referir a evolução da legislação neste âmbito, pelo menos as principais tendências?**

A entrada em vigor da Lei 102/2009 de 10 de setembro, 16 anos após o Decreto-lei 26/94, foi a efetiva regulamentação do regime jurídico de promoção e prevenção da SST. A partir dessa alteração legislativa, começaram não só a ser reguladas as medidas destinadas a promover a melhoria da segurança e da saúde dos trabalhadores no seu âmbito geral, como especificamente se dá ênfase aos trabalhadores a termo/ temporários, aos trabalhadores em situação vulnerável e aos trabalhadores expostos a atividades de risco elevado, nomeadamente a exposição a agentes cancerígenos, mutagénicos ou tóxicos para a reprodução, a agentes químicos e biológicos.

## **▶ RUTE CASTANHEIRO**

Rute Castanheiro nasceu em Lisboa em 1974. É licenciada em Gestão de Empresas pela Universidade Lusíada e tem uma pós-graduação no PAGE – Advance Management Program for Executives, Business Administration and Management pela Católica Lisbon Executive Education. Iniciou a sua atividade profissional em 2000, na Centralmed, onde desenvolveu toda a sua carreira. Foi diretora administrativa-financeira até setembro de 2017 e no mês seguinte passou a ser sócia da empresa e diretora geral, cargo que desempenha até ao momento.

**«O êxito de qualquer empresa advém, antes de mais, do êxito dos seus trabalhadores, que só é plenamente alcançado se estes sentirem bem-estar e segurança no trabalho e beneficiarem de bons níveis de saúde.»**

A proteção das pessoas contra os riscos para a saúde e a segurança no local de trabalho é fundamental para garantir condições de trabalho dignas e duradouras a todos os trabalhadores. A legislação permitiu reduzir os riscos para a saúde no trabalho e melhorar as normas de SST em Portugal e em todos os sectores. No entanto, subsistem desafios e a pandemia de Covid-19 veio agravar os riscos a que é necessário dar resposta.

## **Como tem a Centralmed acompanhado estes processos?**

Estando sempre muito atenta e a acompanhar não só as alterações legislativas e as normas e orientações quer da Direção Geral da Saúde (DGS), da Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT), da Agência Europeia para a SST, entre outros organismos, como também a acompanhar a evolução do mundo do trabalho, dos seus desafios e das suas exigências. O nosso trabalho diário parte sempre da premissa de que condições de trabalho saudáveis e seguras são uma pré-condição para uma mão-de-obra saudável e produtiva, com impacto positivo na sociedade.

## **A pandemia foi um dos maiores desafios da empresa? Como o geriram, como se adaptaram e o que vos foi pedido?**

Foi e continua a ser um grande desafio. A prioridade inicial foi garantir que as nossas pessoas tinham as condições necessárias para trabalhar em segurança, e isso fizemo-lo mesmo antes da declaração do estado de emergência, colocando todas as pessoas cujas funções assim o permitiam em teletrabalho e as restantes que continuaram a prestar serviços de saúde, que o fizessem com as maiores condições de segurança possíveis. Quando tal aconteceu, focámo-nos inteiramente nos nossos clientes e nas suas necessidades: no apoio à elaboração de planos de contingência, testagem, consultas de vigilância da saúde, nomeadamente as de seguimento após Covid-19. Cientes também da importância para os nossos clientes de respostas rápidas, criámos uma linha de apoio Covid-19, onde uma equipa de elementos SST continua até hoje a responder às suas solicitações, e um 'microsite' dedicado também à pandemia, com atualizações diárias sobre recomendações de organismos nacionais e internacionais. Fizemos também 'we-

▶ A CENTRALMED

A Centralmed presta serviços de saúde quer em clínica, em unidades móveis de saúde e nas próprias instalações dos clientes, quando cumpridos os requisitos de organização e funcionamento. Através destas três opções, é salvaguardada a presença em Portugal Continental. O seu desafio é ser uma referência na área da SST em Portugal e é para isso que a sua equipa trabalha diariamente. Esta equipa conta com 101 pessoas, distribuídas pela Administração (2) e pelas direções: Geral, Novos Negócios, IT (2); Recursos Humanos (2); Comercial e Marketing (12); Gestão de Clientes (18); Financeiro (6); Formação (4); Clínica (26); Técnica (27).

binares' em diversas fases da situação epidemiológica e vídeos de curta duração que auxiliaram diversos sectores no regresso à atividade presencial.

**As mudanças em saúde e segurança, decorrentes da pandemia, poderão perdurar?**

A pandemia de Covid-19 demonstrou a importância crucial da SST para a proteção da saúde dos trabalhadores e para a continuidade das atividades económicas e sociais críticas. Se numa primeira fase o foco estava no cumprimento de medidas de prevenção e controlo da transmissão da infeção, agora outros desafios se colocam, nomeadamente com a reorganização do trabalho com recurso ao teletrabalho. O teletrabalho é uma tendência que veio para perdurar em alguns sectores, em sistemas híbridos ou na sua totalidade, trazendo novos reptos para a SST, quer a nível das condições de trabalho em casa (ergonómicos, iluminação, ambiente térmico...), quer de saúde física (alimentação, sedentarismo, hábitos de sono...), como da saúde mental (tecnostresse, ansiedade, cansaço).

**Neste tempo, parece ter emergido uma significativa preocupação com a saúde mental. O que levou a esta situação?**

A pandemia criou um contexto de potencial incremento da prevalência de mal-estar psicológico, quer pelos sucessivos confinamentos e medidas restritivas, quer pelo isolamento social, pelo receio de infetar ou de ser infetado e da constante sobrecarga de informação, raramente positiva. Percebeu-se que, passando as pessoas grande parte do seu tempo a trabalhar, os locais de trabalho teriam que ser eles próprios promotores da saúde mental. Nesse âmbito, a identificação de fatores de risco no local de trabalho (avaliação de riscos psicossociais) torna-se essencial, assim como a posterior aplicação de medidas organizacionais para reduzir os riscos identificados. A inclusão de programas de saúde e bem-estar nas organizações e consultas e vigilância de saúde do trabalho com uma maior ênfase na saúde mental são também relevantes

«Trabalhamos todos os dias para promover a saúde e o bem-estar das organizações e dos seus profissionais, apostando no rigor e na qualidade dos serviços que prestamos.»

**Como perspetiva o futuro da empresa na sua oferta ao mercado?**

Há necessidade de uma rápida adaptação a novos métodos de trabalho que introduzem também novos riscos e um ritmo cada vez mais acelerado. A crescente valorização da saúde mental dos trabalhadores e da melhor forma de abordar e criar medidas e programas passíveis de serem implementados, são temas que ultimamente têm sido mais críticos.

A Centralmed acompanha todas as atualizações nas áreas em que tem intervenção e personaliza os serviços que presta às necessidades dos clientes. Não fazemos programas tipo, fazemos aquilo que realmente vai ao encontro do que os clientes necessitam para melhorar as condições dos locais de trabalho e a segurança e saúde dos trabalhadores.

Queremos desenvolver serviços onde «O trabalho é a nossa Especialidade, as pessoas a nossa Vocação» com um propósito de melhorar a qualidade de vida das pessoas. Acreditamos que ambientes de trabalho saudáveis vão passar a ser obrigatórios e a fazer parte da sustentabilidade das organizações para poderem reter e captar bons profissionais e terem melhores resultados.

**O que significa para si fazer parte da equipa da Centralmed?**

Sou uma pessoa de desafios; sem eles não evoluímos. Não é um caminho fácil, mas se assim não fosse não teria tanta emoção e aprendizagem. Os desafios só podem ser alcançados com a ajuda e a dedicação de toda a equipa Centralmed. É essencial permanecer autêntico e ter a disposição para aprender toda a vida. Ser curioso sempre. E ter coragem.

Agradeço a confiança que os administradores João Vidigal e Rita Vidigal depositaram nesta minha caminhada de 22 anos. A minha carreira foi desenvolvida na Centralmed, foi onde cresci como pessoa e profissional, e é um orgulho trabalhar com uma equipa de excelentes profissionais e seres humanos, que todos os dias demonstraram uma imensa capacidade de adaptação e compromisso com a empresa.

É extraordinário constatar que, passados 25 anos, na Centralmed continuamos a ter muito presente a premissa do nosso fundador. O fator humano, as pessoas continuam a ser a base de tudo, seja interna, seja externamente. ©



# happiness made together™

O futuro faz-se de momentos vividos diariamente. Faz-se de vivências, sabores, cheiros, imagens e sensações. Faz-se ao lado de grandes equipas que têm a arte de criar momentos felizes. Há mais de 10 anos que a Milestone faz parte do futuro, contribuindo todos os dias para a felicidade e bem estar dos seus colaboradores, na certeza de que a cada desafio, estará mais próxima de um amanhã melhor e mais feliz.

milestone.pt

