



Joaquim Chaves Saúde - Equipa

O Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho da Joaquim Chaves Saúde tem como principais funções a implementação de políticas e práticas que garantam a segurança, a saúde e o bem-estar dos Colaboradores. Com uma atuação transversal a toda a organização — incluindo Postos de Colheita, Laboratórios, Clínicas Médicas, Clínicas Oncológicas, Ginásios, em Portugal Continental, Ilhas e Moçambique —, assegura não só o cumprimento das obrigações legais, como também a promoção de uma cultura de prevenção contínua. Entre as suas responsabilidades destacam-se, pela sua complexidade e transversalidade, a identificação de perigos e a avaliação de riscos, a implementação de medidas preventivas e corretivas e a dinamização de campanhas internas de segurança, saúde e bem-estar, tal como irá ser explicado mais à frente. A equipa assume igualmente um papel central na sensibilização e formação dos Colaboradores, promovendo comportamentos seguros e estilos de vida saudáveis. Paralelamente, intervém na gestão de situações de crise e/ou críticas. Como fator distintivo, destaca-se a forte aposta em iniciativas inovadoras e diferenciadoras, que ultrapassam a abordagem tradicional da segurança no trabalho.

Na JCS, a segurança assume um papel absolutamente central, sendo um pilar estratégico do desempenho, desenvolvimento e crescimento da empresa. A abordagem adotada vai além da prevenção de acidentes de trabalho e doenças profissionais, integrando uma visão abrangente que inclui a promoção da saúde física, mental e do bem-estar global dos Colaboradores. Esta perspetiva reflete-se na implementação de diversas iniciativas de bem-estar organizacional, com impacto direto na segurança e na qualidade do ambiente de trabalho. Este posicionamento tem contribuído para o reconhecimento externo da organização, nomeadamente através de distinções relevantes na área da Segurança e Saúde no Trabalho. A JCS foi premiada com a distinção Healthy Workplaces – Locais de Trabalho Saudáveis, na categoria das grandes empresas, bem como, com o Prémio de Segurança, da Security Magazine, na categoria “Segurança no Trabalho”.

A estratégia de segurança da JCS assenta numa abordagem integrada, transversal e centrada nas pessoas, com o objetivo de garantir ambientes de trabalho seguros e saudáveis. Esta estratégia baseia-se em dois eixos fundamentais: promoção da saúde e bem-estar e prevenção de riscos, atuando de forma contínua. Na vertente da promoção da saúde, destacam-se diversas campanhas e iniciativas internas:

- Consultas Gratuitas - Os Colaboradores da JCS têm acesso a consultas de Medicina Geral e Familiar, de Psicologia Clínica e Organizacional e de Cessação Tabágica, campanha do colesterol, além de consultas e operações à hiperidrose, em formato presencial ou videoconsulta ou teleconsulta. Verificámos internamente que, por exemplo, muitos Colaboradores não tinham médico de família e que ter uma consulta com o médico de família podia ser muito complicado, com datas impossíveis, horários impraticáveis e uma dificuldade que começa logo na marcação.
- Grupo de Padel – este projeto incentiva a prática de atividade física e o convívio saudável entre equipas. O Grupo conta com torneios, aulas e descontos, em parceria com o W Padel Country Club, em Monsanto, acessíveis a todos os Colaboradores.
- Grupos de Desporto - A JCS conta com 3 Grupos de Desporto – JCS Corrida, JCS Ciclismo e JCS Caminhada, de acesso gratuito a todos os Colaboradores. Atualmente, contamos com cerca de 100 elementos que praticam regularmente desporto.



PRÉMIOS DE SEGURANÇA

SECURITY MAGAZINE | REVISTA DOS PROFISSIONAIS DE SEGURANÇA

Desde que a iniciativa (re)começou em setembro de 2025, foram percorridos mais de 28 mil quilómetros. • “Be JCS, Be Healthy” – realiza-se um dia anual de desporto e convívio no Fitness Restelo da JCS, com todas as modalidades, aulas e serviços existentes no Ginásio, nomeadamente aulas de pilates, cycling, zumba, Bum Bum Brasil, hidroginástica e natação. • CORE Sunsets - Às sextas-feiras, de junho a setembro, das 16h30 às 19h00, a JCS dinamiza o seu Rooftop, de forma a promover convívios sociais internos, na nossa sede, em Carnaxide, com muita música, atividades, comidas e bebidas. Estas iniciativas são fundamentais para a aproximação entre colegas, principalmente se no desenvolvimento normal da sua atividade tiverem menos momentos de convívio interno. • CORE Birthdays – esta iniciativa realiza-se na primeira segunda-feira de cada mês e assinala os aniversários dos Colaboradores que celebraram o seu dia no mês anterior. Este momento especial, que decorre entre as 16h e as 19h, é marcado por bolo, champanhe e diversas surpresas, proporcionando um ambiente descontraído. • CORE Care - na sede da JCS dispomos de dois gabinetes e um salão de beleza, totalmente equipados, promovendo a beleza e os cuidados estéticos, nomeadamente através da disponibilização de serviços, tais como pedicure avançada e tradicional, manicure, cabeleireiro, barbeiro (corte e barboterapia) e massagens, de acesso totalmente gratuito para os Colaboradores, em horário laboral. • Leituras que Cuidam – através desta iniciativa disponibiliza-se livros sobre saúde mental, escolhidos criteriosamente pela nossa equipa de psicólogos clínicos e organizacionais, que permitem ajudar e sensibilizar os Colaboradores na gestão emocional e mental. Os livros são devolvidos, ficando disponíveis para outros colegas. • Gala de Natal - A JCS com este evento anual pretende fomentar o espírito de equipa, tornando-se numa ferramenta capaz de desenvolver a coesão entre os Colaboradores. • Ações de sensibilização para o assédio no local de trabalho - A JCS tem como objetivo alertar que certos tipos de comportamentos no local de trabalho devem ser denunciados. Ao nível da prevenção de riscos, a JCS investe na identificação de perigos e avaliação de riscos, recorrendo ao know-how dos seus técnicos superiores e medições aos diversos fatores/riscos, dispondo de equipamentos de última geração. Igualmente, promove a implementação de medidas de controlo, a formação, a aquisição de equipamentos de segurança (EPCs e EPis) e reforço das condições de trabalho.

A JCS enfrenta diversos desafios na área da segurança e bem-estar, que decorrente da complexidade e diversidade da sua atividade (Postos de Colheita, Laboratórios, Clínicas Médicas, Clínicas Oncológicas e Ginásios), tem presente riscos biológicos, físicos, químicos, psicossociais e ergonómicos no seu dia a dia. Ao mesmo tempo, a presença de mais de 250 unidades/estabelecimentos em múltiplas localizações (Portugal Continental, Ilhas e Moçambique) coloca desafios significativos ao nível da proximidade e do envolvimento dos Colaboradores. Neste contexto, torna-se essencial garantir que todos se sintam integrados e acompanhados, sendo para isso utilizados canais de comunicação interna como a Intranet e, mais recentemente, uma Comunidade de WhatsApp, que tem permitido reforçar a proximidade, aumentar a adesão às iniciativas e facilitar o acesso à informação e a marcações de consultas, descritas anteriormente. Outro desafio relevante prende-se com a identificação e disponibilização de parceiros para as diferentes iniciativas, já mencionadas, em todo o território nacional, de forma a garantir igual resposta em todas as localizações.

A segurança representa 0,27% dos investimentos da empresa - Reforçamos que a maioria das iniciativas são realizadas através de parcerias, não envolvendo recursos financeiros.

A formação em segurança na JCS tem sido orientada por uma abordagem preventiva, focando-se em riscos biológicos, físicos, químicos, psicossociais e ergonómicos no seu dia a dia. Entre os principais temas abordados destacam-se: prevenção de acidentes de trabalho, formação teórica de segurança contra



PRÉMIOS DE SEGURANÇA

SECURITY MAGAZINE | REVISTA DOS PROFISSIONAIS DE SEGURANÇA

incêndios em edifícios, primeiros socorros, suporte básico e avançado de vida, formação prática indoor de combate a incêndios, formação básica em Segurança e Saúde no Trabalho, formação específica por risco inerente à função e boas práticas na utilização de equipamentos. Paralelamente, a organização tem vindo a reforçar a formação em áreas emergentes, nomeadamente a saúde mental e o bem-estar psicológico, com especial atenção na gestão do stress, na prevenção do burnout e na promoção do equilíbrio entre vida profissional e pessoal através de formações/workshops em matérias de literacia financeira e saúde mental.

O principal lema do Departamento SST da JCS é: “Cuidar de quem cuida.” Este lema reflete o compromisso da JCS em colocar os Colaboradores no epicentro de todas as decisões, reconhecendo que são o principal ativo da organização. Os valores que orientam a atuação da equipa são: • Segurança, em primeiro lugar; • Prevenção, antecipando os perigos/riscos; • Bem-estar, promovendo a saúde física, mental e social; • Proximidade, assegurando uma relação de confiança com e entre todos os Colaboradores.

A JCS tem vindo a apostar na tecnologia como um pilar fundamental na prevenção e mitigação de perigos/riscos, bem como no suporte à resposta a acidentes/incidentes de trabalho. Entre os principais exemplos, destaca-se a criação e a implementação de um sistema próprio informático com Inteligência Artificial, que permite mitigar e otimizar o serviço de Medicina do Trabalho, nomeadamente agendar diariamente as consultas de medicina do trabalho para todo o universo JCS, através da recolha de dados em sistema de diversas bases de dados, criando e enviando a convocatória para o Colaborador, o boletim de análises clínicas e exames complementares, que deve realizar antes da consulta, assim como, o pré-preenchimento da ficha de aptidão médica, com os dados do Colaborador e com a informação dos relatórios de identificação de perigos e avaliação de riscos referente ao local de trabalho do Colaborador, para uma melhor perceção por parte do médico. O sistema recolhe, posteriormente, os resultados das análises e exames complementares, envia-os para o Colaborador e para o médico da medicina do trabalho. Após consulta, o sistema encaminha uma cópia da ficha de aptidão para o Colaborador e para os recursos humanos e, por fim, faz o registo/arquivo clínico do Colaborador. Salienta-se ainda a implementação de sistemas de segurança avançados nos locais de riscos B e C, nomeadamente nos armazéns das unidades, equipando-os com armários ignífugos e cortinas de proteção corta-fogo, interligados com os sistemas automáticos de deteção e alarme (SADI). Ao nível operacional, os equipamentos utilizados no transporte interno, como carrinhos de armazém, foram equipados com mecanismos de travagem de segurança, prevenindo deslocações involuntárias e reduzindo o risco de acidentes. Paralelamente, a organização tem investido em soluções tecnológicas aplicadas à ergonomia, através da utilização de equipamentos ajustáveis que permitem adaptar os postos de trabalho às características dos Colaboradores.

O Departamento SST da JCS distingue-se pela sua envolvimento, espírito de querer sempre mais e melhor, não se acostumando aos bons resultados e procurando incessantemente novos e modernos métodos de atuação. Ao contrário de modelos mais tradicionais, que se focam exclusivamente na prevenção de acidentes de trabalho, a equipa adota uma visão global da segurança, abrangendo a saúde física, mental e o bem-estar dos Colaboradores. A forte aposta em iniciativas internas diferenciadoras, como as já mencionadas, reforçando o posicionamento da organização como uma referência na área a nível nacional e internacional. Destaca-se igualmente a forte proximidade com os Colaboradores, promovida através de múltiplos canais de comunicação e participação, como a Intranet, a Comunidade de WhatsApp, o email institucional e a publicidade estática interna.

O Departamento SST tem desempenhado um papel determinante no aumento da maturidade da organização nesta área, refletindo-se no decréscimo de sinistralidade, estando atualmente em níveis



praticamente inexistentes, o que permite o decréscimo dos prémios das seguradoras. Através da implementação contínua de campanhas, programas de saúde e iniciativas de sensibilização, é possível aumentar diariamente a consciência dos Colaboradores para a importância da segurança no dia a dia. Por outro lado, uma prova da maturidade alcançada é a forte aposta na saúde mental dos Colaboradores na vertente dos seus problemas e questões pessoais.

Em 2025, o Departamento de SST da JCS alcançou marcos relevantes que reforçaram o seu posicionamento como referência na área da segurança e bem-estar, refletindo-se no aumento de solicitações para participação em congressos, palestras e tertúlias. Destaca-se a distinção com o Prémio de Segurança da Security Magazine, na categoria “Segurança no Trabalho”, reconhecendo o impacto das iniciativas implementadas. Paralelamente, foram idealizadas e desenvolvidas novas e inovadoras iniciativas a implementar em 2026.

Nota: A informação contida neste documento destina-se exclusivamente à divulgação dos Prémios de Segurança da Security Magazine. Qualquer utilização para outros fins requer autorização prévia da Security Magazine e dos respetivos intervenientes.