

CARTILHA DA SAÚDE DO PESCADOR ARTESANAL

Orientações para o autocuidado no trabalho de pesca artesanal





FICHA TÉCNICA

Elaine da Silva Abreu
Autora da cartilha

Daliane Ferreira Marinho
Orientadora

Raphaela Cristina Sanches Progênio
Ilustrações

Designer Gráfico
Mayure Tadiello Silva Rebelo

Todos os direitos reservados por Elaine da Silva Abreu
2020

SUMÁRIO

Apresentação	05
Você sabe o que é saúde	06
O que é risco à saúde?.....	07
Fatores de risco para a saúde do pescador	07
Exposição à radiação do sol	08
Câncer de pele	09
Exposição a umidade, frio e chuvas	10
Acidentes com animais e objetos cortantes	11
Acidentes dentro e fora da embarcação	14
Escalpelamento	16
Dor em ossos e músculos relacionados ao trabalho	17
Como saber se as dores nos ossos e músculos são por causa do trabalho?	18
O que são as dores nas costas e lombalgias?.....	19
Posições do corpo que são comuns durante a pesca	20
Forma mais segura de levantar peso	21
Exercícios de alongamentos e relaxamento	22
Cuidados com o uso de tabaco e consumo de bebidas alcólicas	24
Fique por dentro	25

APRESENTAÇÃO

Prezado (a) pescador (a),

Você está recendo esta cartilha para o seu autocuidado, ou seja, contendo informações com medidas e ações que podem ajuda a prevenir a sua exposição a riscos no seu trabalho na pesca. O objetivo é contribuir com a sua saúde a para a melhoria da sua qualidade de vida. Pois é importante que você aprenda a prevenir situações que podem levar ao seu adoecimento.

Esta cartilha é resultado de um Trabalho de Conclusão de Curso da Residência em Atenção Integral em Ortopedia e Traumatologia da Universidade do Estado do Pará (UEPA), e tem o título "Construção e validação de tecnologia educativa de educação em saúde para o autocuidado do pescador artesanal", produzido no ano de 2020 e a autora é a fisioterapeuta Elaine da Silva Abreu.

Esperamos que essa cartilha ajude na sua ação em busca de uma saúde melhor.

Boa Leitura!

VOCÊ SABE O QUE É SAÚDE?

Para entender melhor vejamos as definições de Saúde que o Sistema Único de Saúde (SUS) considera:

“Saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doenças e outros agravos e ao acesso universal e igualitário à ação e serviço para sua promoção, proteção e recuperação” - **Artigo 196 da Constituição Federal de 1988**

“Saúde é o resultante das condições de alimentação, habitação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse da terra e acesso aos serviços de saúde” - **8ª Conferência Nacional de Saúde de 1986**

Isso quer dizer que saúde não é só quando você não está doente!

O QUE É RISCO À SAÚDE?

Os riscos que podem afetar a saúde podem ser em razão do ambiente em que a pessoa vive. Alguns locais de trabalho podem apresentar uma concentração maior de risco, como ocorre no ambiente da pesca artesanal.

FATORES DE RISCO PARA A SAÚDE DO PESCADOR

Como pescador, os riscos à saúde aos quais você está exposto no seu trabalho podem ser divididos em três tipos:

Ambientais:

frio, calor, umidade, frio, ventos, radiação do sol, vibrações e ruídos

Consequências: doenças da pele, como micoses e queimaduras na pele, resfriados, e problemas de visão, como a catarata.

Comportamentais

fumo, consumo excessivo de bebidas alcoólicas, uso de drogas e medicamentos sem orientação.

Consequências: doenças do coração e pulmão.

Sociais:

longas jornadas de trabalho.

Os acidentes e adoecimentos mais comuns na pesca artesanal são:

Lesões por esforço repetitivo (LER); dor na coluna; sobrecarga de peso; afogamentos; picadas ou lesões com animais aquáticos e peçonhentos; acidente com objeto cortante; quedas; fraturas; acidente nas embarcações e com o motor;

EXPOSIÇÃO À RADIAÇÃO DO SOL

No trabalho de pesca os pescadores ficam longos períodos expostos ao sol. E alguns sinais que indicam excesso de exposição ao sol são: aumento da temperatura do corpo, pele seca e avermelhada, dor de cabeça, insolação e até desmaio.

Problemas nos olhos também podem ocorrer pelo excesso de exposição ao sol e a luz, como: "olho seco", "carne crescida", dificuldade para enxergar de perto ou de longe, catarata e conjuntivites.



Câncer de Pele

O câncer de pele é o mais comum no Brasil e corresponde a cerca de 30% de todos os tumores malignos registrados no país. Vale lembrar que esse tipo de câncer tem grande chance de cura, principalmente se for descoberto e tratado o mais rápido possível.

O câncer é mais comum em pessoas com mais de 40 anos, pessoas de pele clara, sensíveis à ação dos raios solares, em pessoas ou familiares que já tiveram doenças de pele e câncer. Por isso essas pessoas devem tomar mais cuidados, pois elas são as mais afetadas.

Medidas De Cuidados E Prevenção

Sempre que for possível evitar exposição ao sol entre 10h e 16h, ou se proteger antes de se expor ao sol;

Procurar lugar com sombra para realizar alguma atividade, como tratar e vender o pescado;

Usar roupas que cubram todo o corpo, bonés ou chapéus de abas largas, óculos escuros com proteção solar (UV), sombrinhas e coberturas.

Aplicar na pele, sempre que possível, antes de se expor ao sol, filtro ou protetor solar com fator de proteção 15, no mínimo. E a reaplicar sempre que necessário.

Atenção: Fique atento se aparecer na sua pele os seguintes sinais: um nódulo (caroço), uma ferida que não cicatriza em até quatro semanas, uma mancha vermelha, um nódulo ou ferida que sangra ou forma uma camada. Diante dessas lesões suspeitas, um especialista deve ser consultado para confirmação do diagnóstico e tratamento. Portanto, nessas situações procure a unidade básica de saúde mais próxima da sua localidade.



EXPOSIÇÃO A UMIDADE, FRIO E CHUVAS

A exposição do pescador à ambientes molhados e frios pode favorecer o aparecimento de doenças como tuberculose pulmonar e outras infecções respiratórias, gripes, resfriados, inflamação e dor na garganta, e dor nas juntas.

Além disso, pode causar inflamação na pele, micoses, alergias e até infecção urinária.

CUIDADOS NECESSÁRIOS

Dar preferência ao uso de roupas de algodão, evitar tecidos de malha, pois permanecem mais tempos molhados.

Para problemas respiratórios, com a tuberculose, é importante manter as vacinas contra a gripe em dia; quando criança deve-se tomar a vacina BCG, ofertada gratuitamente pelo SUS.

Caso apresente sintomas como tosse, que dura mais de duas ou três semanas, e se a tosse for com sangue, será necessário procurar uma unidade básica de saúde.

Acidentes com animais e objetos cortantes

Na pesca podem ocorrer alguns acidentes com animais, como furadas ou mordidas de peixes, ferrada de arraia, abelhas e cobras, entre outros.

ARRAIA

ALGUNS CUIDADOS PARA EVITAR ACIDENTE COM ARRAIA:

- Ao entrar na água sempre arrastar os pés
- Fazer bastante movimento na água

EM CASO DE ACIDENTE COM ARRAIA, É RECOMENDADO:

- Lavar o local com água corrente e sabão
- Colocar no local um bolsa de água morna para alívio da dor
- Depois deve-se procurar atendimento na Unidade Básica de Saúde mais próxima da sua localidade para realizar os cuidados necessários e evitar danos mais sérios



COBRA

ALGUNS CUIDADOS PARA EVITAR ACIDENTE COM COBRA:

- Se possível, usar bota de cano alto ou perneira de couro
- Se possível, usar luvas de material resistente
- Não colocar a mão e braço em buracos

EM CASO DE ACIDENTE POR PICADA DE COBRA, É RECOMENDADO:

- Lavar o local da picada com água e sabão
- Permanecer deitado e com o membro elevado
- Tomar bastante água
- Procurar o mais rápido possível um serviço médico (pronto socorro) para tratamento com soro antiveneno
- Se possível, tirar uma foto ou levar a cobra para que seja identificada a espécie

ATENÇÃO!

- Não fazer torniquete ou garrote
- Não chupar o veneno do local da picada
- Não cortar ou furar o local da picada
- Não consumir bebida com álcool, querosene ou outras substâncias

PEIXES

ALGUNS CUIDADOS PARA EVITAR ACIDENTE COMO FERROADAS E MORDIDAS DE PEIXES:

- Cuidado e atenção na hora de tirar o peixe da água, da rede, do anzol ou ao tratar
- Usar luvas resistentes para pegar o peixe
- Usar sempre sapatos, botas para evitar pisar nas partes duras e ferrões do peixe

EM CASO DE ACIDENTE COM PEIXE, É RECOMENDADO:

- Lavar o ferimento com água limpa e corrente
- No caso de acidente por uma espécie de peixe venosa como o Mandi, Jundiá (bagre) a parte atingida pelo ferrão deve ser mergulhada em água quente (em temperatura suportável para a pele) de 30 a 90 minutos, pois o calor minimiza a ação do veneno e diminui a dor.
- Deve-se procurar ajuda médica com urgência.
- Não é recomendada nenhum outro tipo de tratamento caseiro.

ABELHAS E INSETOS

ALGUNS CUIDADOS PARA EVITAR ACIDENTE COMO FERROADAS DE ABELHAS E INSETOS:

- Não mexer com abelhas ou se aproximas de uma colmeia
- Ao se encontrar próximo a abelhas ou a uma colmeia afaste-se com calma e evite movimentos rápidos
- Evitar usar perfumes, óleos e desodorantes de cheiro forte. As abelhas são atraídas por esses cheiros presentes na pele, roupas e cabelos.
- Dar preferência ao uso de roupas de cor clara e compridas
- Usar repelentes no corpo antes e durante a pesca para afastar insetos como mosquito, carapanã e marium.

EM CASO DE ACIDENTE COM FERROADA DE ABELHA, É RECOMENDADO:

- Retirar o ferrão da abelha com a unha ou pinça para evitar que termine de injetar o veneno
 - Em caso de inflamação e dor, aplicar gelo no local
 - Não esfregar o local da ferroadada
 - Em caso de ataque por muitas abelhas, procurar ajuda médica com urgência
- Atenção: passar querosene e óleo diesel na pele para afastar insetos pode causar séria intoxicação e danos à saúde

TÉTANO

O tétano é uma doença grave causada por uma bactéria. essa bactéria pode estar presente em vários objetos. A pessoas adoecem quando, acidentalmente, sofrem lesões na pele (ferimentos, cortes, perfurações) com anzóis, facas, metal e outros objetos contaminados.

- Dar preferência ao uso de roupas de cor clara e compridas
- Usar repelentes no corpo antes e durante a pesca para afastar insetos como mosquito, carapanã e marium.

O QUE FAZER QUANDO SE ACIDENTAR?

- Lavar o local com água e sabão
- Procurar com urgência o serviço de saúde mais próximo e comunique os detalhes do acidente ao profissional de saúde (não se esqueça de dizer com qual objeto você se acidentou)
- Será preciso saber se a pessoa já tomou vacina contra o tétano e se está protegida

Importante!

A vacina para prevenção do tétano deve ser tomada a cada 10 anos. Ela é gratuita e está disponível em toda a rede do SUS. Essa é a melhor forma de prevenção da doença!

ACIDENTES DENTRO E FORA DA EMBARCAÇÃO

Algumas medidas são necessárias para evitar acidentes como quedas, afogamentos e esmagamentos

QUEDAS DENTRO DA EMBARCAÇÃO

- Manter os objetos, ferramentas e restos de materiais organizados dentro da embarcação, para evita tropeços, escorregamento e quedas
- Usar sapato com solado antiderrapante em atividades realizadas em pé
- Não usar sandália de dedo
- Não consumir bebida alcoólica

QUEDA NO RIO/AFOGAMENTO

Usar colete salva vidas

- Se possível ter na embarcação uma boia circular de salvamento
- Evitar manobras e posições arriscadas que tenham chance de queda do pescador no rio
- Manter a embarcação/canoa/rabeta sempre em bom estado de funcionamento e navegação para evitar naufrágios



TRABALHO DURANTE A NOITE

Manter a embarcação sinalizada e bem iluminada, isso previne colisão entre embarcações, choque com objetos à deriva, abalroamento contra costas e cais.

- Estar atento para o trajeto que será feito e ser prudente na condução da embarcação

INTOXICAÇÃO

Substâncias como a gasolina, diesel e querosene podem causar sérios problemas para a saúde. Alguns sinais e sintomas de intoxicação por ingestão (engolir) e inalação (cheirar) dessas substâncias são enjoos, vômitos, dor de cabeça, falta de ar e complicações no coração e pulmão. No caso de contato com a pele e olhos podem ocorrer inchaço, vermelhidão e inflamação da pele, ardência e dor forte nos olhos.

O QUE FAZER EM CASO DE ACIDENTE:

INALAÇÃO

- Afastar a vítima da fonte causadora levando-a a um local o mais arejado possível
- Verificar os sinais como batimento do coração e respiração
- Levar a vítima o mais rápido possível para o atendimento de urgência médica

INGESTÃO

- Afastar a vítima da substância, mantendo-a deitada, parada e recebendo ar pelo rosto
- Levar imediato para a urgência médica

CONTATO COM PELE E OLHOS

- Afastar a vítima da substância
- Retirar o combustível e lavar a área atingida com água corrente limpa em grande quantidade
- Em caso de contato nos olhos, preferencialmente fazer uso de soro para a lavagem
- Iniciar o transporte para a urgência médica

Fique ligado:

Devido aos riscos que o pescador ficar exposto, os principais equipamentos de proteção para pescador são luvas, botas, óculos, roupas de mangas compridas, chapéus e o colete salva vidas.

E lembre-se:

Fatores como cansaço após longas jornadas de trabalho, sono, estresse e consumo de bebida alcoólica aumentam a chance de acontecer diversos acidentes

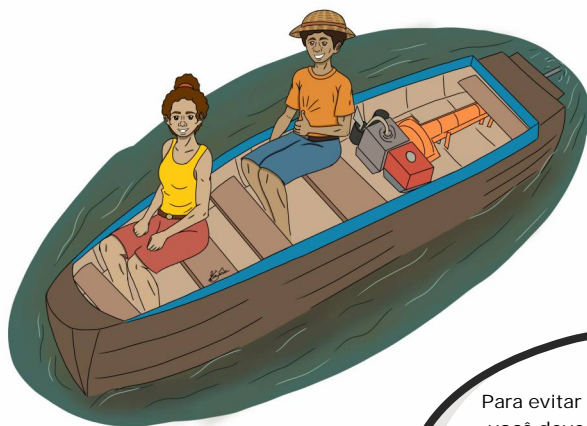
ESCALPELAMENTO

Quando o eixo propulsor da embarcação (que liga o motor da embarcação à hélice) está descoberto pode acontecer o escalpelamento, quando a vítima, geralmente mulher e menina e de cabelos longos, se aproxima do eixo propulsor descoberto em rotação,

Nesse tipo de acidente os cabelos são puxados e enrolados, causando o arrancamento do couro cabeludo, atingindo muitas vezes, a face, o pescoço, os olhos e as orelhas. Isso pode levar a deformidades gravíssimas e até a morte!

AS SITUAÇÕES QUE PODEM CAUSAR O ESCALPELAMENTO E QUE DEVEM SER EVITADAS:

- se agachar para retirar água do fundo do barco próximo ao eixo descoberto;
- brincar com o gotejamento de água no eixo;
- pegar qualquer objeto que caia embaixo do eixo;
- descansar deitado próximo ao eixo; entre outros.



Para evitar esse tipo de acidente você deve fazer a cobertura do eixo que liga o motor à hélice nas embarcações. Fique atento: o uso de proteção no motor, no eixo e nas partes móveis das embarcações, é obrigatório e previsto em lei.

DOR EM OSSOS E MÚSCULOS RELACIONADOS AO TRABALHO

As Lesões por Esforços Repetitivos (LER) ou Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), são consideradas como adoecimento ligados ao trabalho. Podem causar danos em músculos, tendões, ligamentos, articulações, vasos e nervos.

As principais causas para LER/DORT é a repetitividade dos movimentos, ou seja, quanto mais vezes for realizado o mesmo movimento, maior será a possibilidade de aparecimento do transtorno, como jogar e puxa a rede e remar por várias horas.

Posturas e posições erradas e o uso de força física muito grande durante a pesca também aumenta o risco para LER/DORT.

A dor está presente principalmente nos músculos e articulações ou juntas. As articulações mais atingidas são punhos, cotovelos, ombros, joelhos e a coluna. Sempre há dor nas articulações mais utilizadas no trabalho, quando se faz movimentos e esforços repetidos muitas vezes.

A dor e cansaço podem piorar com o trabalho de pesca em movimentos como remar; levantar e transportar pesos, jogar ou puxar a rede de pesca.



COMO SABER SE AS DORES NOS OSSOS E MÚSCULOS SÃO POR CAUSA DO TRABALHO?

O desenvolvimento de dores relacionadas ao trabalho pode ocorrer em 5 fases:

FASE 0

Sensação de peso ou desconforto que ocorre no momento das cargas máximas de trabalho, agrava aos finais da jornada de trabalho, e melhora com repouso.

FASE 1

Sensação frequente de desconforto ou de peso nos ombros, braços, punhos e mãos associados com os movimentos repetitivos com mais de um mês de duração.

FASE 2

Dor que não passa nos ombros, braços, punhos e mãos com pequenos tempos de alívio da dor e que piora com o aumento de esforços repetitivos, como pescar, remar, carregar as cargas. Inchaço. Não melhora do quadro clínico com uso de remédios. Pode Afetar a realização do trabalho da pesca e em casa, escola.

FASE 3

Acorda à noite com a dor, deixa objetos caírem das mãos. Dificuldade para executar higiene pessoal, e as atividades fora do trabalho, como os afazeres domésticos.

FASE 4

Dificuldade para efetuar movimentos mais delicados. Ocorre o aumento da dor e inchaço. Não conseguir executar atividades domésticas e de trabalho de pesca. Dificuldade de dormir em razão da dor.

Atenção:

a partir da fase 1 o pescador já deve tomar os devidos cuidados, como ter pausas para descanso, não ficar muito tempo na mesma posição, realiza alongamentos e relaxamentos e se possível, deve reduzir horas trabalhadas no dia. Com a mudanças pra fase 2, 3 e 4, deve-se procurar ajuda de profissionais da saúde, como enfermeiros, médicos e fisioterapeutas, para o tratamento não só das dores, mas para uma mudança e melhora da atividade no trabalho.

O QUE SÃO AS DORES NAS COSTAS E LOMBALGIAS?

A lombalgia ou dor na lombar ou dor nas cadeiras é uma das principais queixas de dor do pescador, ela afeta a parte inferior da coluna vertebral. Pode ser o resultado de vários anos executando a mesma atividade sem os devidos cuidados.

As lesões na coluna ocorrem principalmente quando o pescador carrega peso, jogar e puxar malhadeira e tarrafa em postura errada, fica muito em pé ou sentado, fica com o corpo dobrado para frente. No dia a dia do pescador essas atividades são repetidas muitas vezes e por muitos anos o que pode piorar as lesões.

Se a dor lombar se prolongar por mais de 6 meses é classificada como dor crônica, o que pode significar que a pessoa vai sentir dor durante a maior parte do dia e que deve procurar ajuda de profissionais da saúde.

Vale lembrar que as pessoas que não realizam atividade física no dia a dia têm maiores chances de desenvolver a lombalgia devido a fraqueza dos músculos do abdômen e das costas.

Posturas comuns na atividade da pesca que podem causar lombalgia e outros danos no corpo

Carrega pesos excessivos em má postura, como a rede.



Retirar a rede do rio em má postura

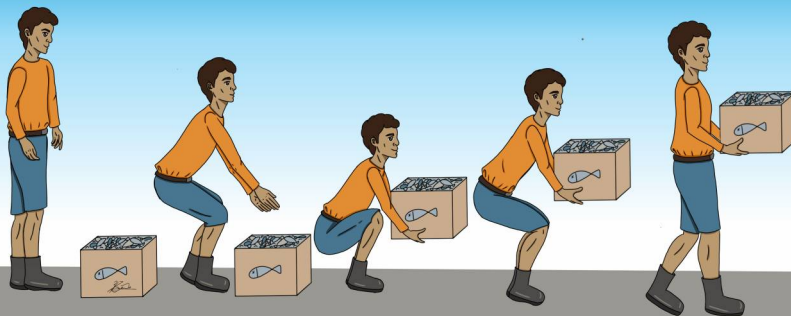


Ficar na mesma posição por longos horas



FORMA MAIS SEGURA DE LEVANTAR PESO

Carregar pesos da forma correta pode evitar e até reduzir danos ao corpo.



01

O pescador deve se posicionar junto a carga, mantendo os pés afastados por uma distância igual a que existe entre os ombros

02

Abaixar o tronco dobrando o joelho, mantendo pescoço e costas retas

03

Segurar a carga firmemente e levantá-la devagar, com os braços esticados

04

Ao caminhar, deve se aproximar a carga do corpo e mantê-la centralizado entre as pernas

05

Repetir o processo inverso para colocar a carga no chão

Atenção:

Se possível, evite carregar peso na cabeça, pois isso pode causar danos na sua coluna cervical (pescoço).

Exercícios de Alongamentos e Relaxamento

Alguns movimentos de alongamento e relaxamento do corpo ajudam a reduzir dor e tensões nos músculos, articulações, ligamentos e tendões, acumuladas durante o dia de trabalho.

O ideal é realizar os alongamentos todos os dias antes de começar o trabalho, durante as pausas, principalmente se estiver sentindo dores no corpo, e após a jornada de trabalho.

O pescador pode alongar pescoço, ombros, braços, punhos e mãos, tronco, pernas e pés.



Inclinar a cabeça para o lado, puxando levemente com uma das mãos. Manter nessa posição de 30 a 45 segundos. Repetir para o outro lado.



Inclinar a cabeça para a esquerda, para a direita, para frente e para trás. Manter cada posição por 30 segundos.



Manter um dos braços esticado. Dobre o punho para baixo com a ajuda da outra mão. Manter de 30 a 45 segundos. Repetir do outro lado.



Com os braços retos, dobrar as mãos para cima e para baixo, depois girar levemente as mãos em círculos, trabalhando os punhos. Girar para a esquerda e depois para a direita.



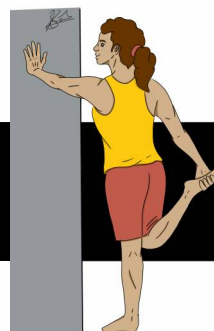
Fazer movimentos giratórios nos ombros para frente e para trás.

Com os joelhos um pouco dobrados e uma das mãos na cintura, levante a outra mão para cima e incline-se para a lateral. Manter de 30 a 45 segundos. Repetir para o outro lado.



Mantenha o corpo reto. Puxe uma das pernas em direção à barriga com as duas mãos. Manter de 30 a 45 segundos. Repetir do outro lado.

Mantenha o corpo reto e a barriga levemente contraída. Leve um pé para trás e segure com a mão do mesmo lado. Manter de 30 a 45 segundos. Repetir do outro lado.



Cuidados com o uso de tabaco e consumo de bebidas alcóolicas

O tabagismo é reconhecido como uma doença crônica causada pela dependência à nicotina, uma substância presente nos produtos à base de tabaco, com cigarros e fumos.

O consumo de cigarros e fumo pode levar ao aparecimento de diversos tipos de câncer, câncer de boca, de esôfago, de estômago e de pulmão. Além disso, o uso do tabaco aumenta a chance de um derrame e ataques cardíacos mortais.

Uma dica para quem quer parar de fumar:

- começar a contar o número de cigarros fumados por dia e passar a fumar um número menor a cada dia.
- adiando a hora em que começa a fumar o primeiro cigarro do dia. Você vai adiando o primeiro cigarro por um número de horas pré-determinado a cada dia até chegar o dia em que você não fumará nenhum cigarro.

Parar de fumar sempre vale a pena em qualquer momento da vida. Quanto mais cedo você parar de fumar menor o risco de adoecer.

O consumo de bebidas alcoólicas também favorece o desenvolvimento de diversos tipos de câncer, como câncer de boca, faringe, laringe, estômago e mama. Além disso, a combinação de álcool com tabaco aumenta a possibilidade do surgimento do câncer. Além de causar doenças como cirrose hepática, gastrite, problemas na ereção sexual e derrame.

Na pesca, o álcool pode alterar o equilíbrio, a noção dos acontecimentos, diminuir o funcionamento do pensamento e causar agitação, o que aumenta as chances de quedas e acidentes com as embarcações.

Fique por dentro!

O Sistema Único de Saúde (SUS) é o sistema público de saúde de Brasil. Ele é universal, o que quer dizer que todas as pessoas tem o direito de acesso aos serviços de saúde. O SUS é 100% gratuito, e oferece ações de prevenção, promoção e recuperação da saúde.

O pescador artesanal é um segurado especial do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) e tem direito a auxílio doença, aposentadoria por idade, aposentadoria por invalidez, salário maternidade e pensão por morte. Para receber esses benefícios, o pescador deve comprovar o tempo de exercício de sua atividade, por meio de declaração emitida pelo dirigente do sindicato que é colônia de pescadores à qual é filiado.

Telefones importantes:

Disque Saúde 136

Serviço de Atendimento Móvel de Urgência - SAMU 192

Corpo de Bombeiros 193

Política Militar 190

Direitos Humanos 100

Central de Atendimento à Mulher 180

Referências

BRASIL, Constituição da República Federativa do Brasil de 1988.

COSTA, Elaine Souza. Monografia. Saúde e segurança no trabalho a céu aberto: efeitos da exposição à radiação solar, ausência de regulamentação e práticas preventivistas. Universidade Nove de Julho, São Paulo, 2013.

GARRONE-NETO, Domingos; CORDEIRO, Ricardo Carlos; HADDAD, Vidal. Acidentes do trabalho em pescadores artesanais da região do Médio Rio Araguaia, Tocantins, Brasil. Cad. Saúde Públ., Rio de Janeiro, v. 21, n.3, p.795-803, 2005.

MOREIRA, Artur Carlos da Silva, et al. Cartilha Os perigos do tempo para o pescador: como se proteger. Fundacentro, São Paulo, 2006.

PENA, Paulo Gilvani Lopes; MARTINS, Vera; REGO, Rita Franco. Por uma política para a saúde do trabalhador não assalariado: o caso dos pescadores artesanais e das marisqueiras. Rev. bras. Saúde ocup., São Paulo, v. 38, n. 127, p. 57-68, 2013.

SILVA, Geovane Cândido, et al. Traumas e envenenamentos por animais aquáticos em pescadores de Coxim e Corumbá, estado de Mato Grosso do Sul, Brasil: identificação de agentes causadores, aspectos clínicos e medidas de primeiros socorros. Rev. Soc. Bras. Med. Trop., Uberaba, v. 43, n.5, 2010.

Universidade Federal da Bahia; Brasil. Ministério da Saúde. Cartilha A saúde das pescadoras artesanais. Atividade de pesca: mariscagem e pesca em mar aberto. Brasília, 2018.

