

## APADS: um setor em busca da 'paz laborativa'

O INCA possui uma área responsável por apurar possíveis irregularidades cometidas dentro da instituição, posteriormente ao suposto fato, o que a diferencia de uma auditoria. Trata-se da Assessoria de Procedimentos Administrativos Disciplinares e Sindicantes (APADS), composta por seis servidores de carreira com formações distintas. O setor também esclarece dúvidas de profissionais do Instituto quanto à legalidade de determinadas atitudes.

Ao receber uma denúncia ou um relato de alguma anormalidade, a APADS, para confirmá-la, realiza uma investigação prévia, que pode se desdobrar em um Processo Investigativo. A intenção é conhecer melhor o assunto, para chegar a uma conclusão mais provável. Pretende-se também conhecer o eventual autor e a infração propriamente dita.



Carlos Tavares Reto (de bege) com a equipe da Assessoria: Janaína Barros, Nanci Irma, Marcos Teixeira, Camila Allievi e Michel Ladezenski

Após a apuração dos fatos, se não forem encontrados elementos suficientes para identificar o suposto autor ou a infração em si, recomenda-se o arquivamento do processo. Do contrário, é sugerida a instauração de um Processo Administrativo Disciplinar (PAD) contra o potencial responsável. Depois de seus trâmites, o PAD poderá gerar a sanção funcional respectiva (advertência, suspensão ou demissão) ou, novamente, o arquivamento do processo, por decisão do diretor-geral do INCA ou da autoridade competente.

Carlos Tavares Reto, responsável pela APADS, ressalta a importância de verificar o tipo de situação relatada ou denunciada, pois, muitas vezes, trata-se de uma questão de gestão, e não uma infração. Se for apenas um problema de gestão, avalia-se a possibilidade de adotar medidas que resolvam o caso sem necessidade de punição. "Conversamos com os responsáveis para que melhorem seus processos de trabalho. Tentamos sempre chegar ao que chamamos de 'paz laborativa'", explica. "Ao identificarmos lacunas, dificuldades e irregularidades, colaboramos para mostrar ao gestor possíveis falhas e, assim, aprimorar o serviço", complementa Marcos Teixeira, analista em Ciência & Tecnologia da APADS.

Para contatar a Assessoria, ligue para o ramal 5539 ou escreva para o e-mail do responsável pelo setor, Carlos Tavares Reto: [carlostr@inca.gov.br](mailto:carlostr@inca.gov.br).

### DICAS DE SAÚDE

## Dormir bem é essencial

Um adulto deve dormir de sete a nove horas por dia para manter o bom funcionamento do organismo, afirmam especialistas. Entretanto, grande parte das pessoas não consegue dormir bem. Um problema que pode atrapalhar a concentração no trabalho e prejudicar a saúde.

Segundo Lucas Lemes, especialista em Medicina do Sono do Hospital Federal da Lagoa, dormir de forma inadequada traz, depois de alguns anos, repercussões clínicas. "Pessoas que dormem mal, por exemplo, engordam e tendem a ser hipertensas. Cada vez mais, tem-se associado essas doenças antigas, frequentes e conhecidas aos distúrbios do sono", afirma.

Para dormir melhor, Lucas Lemes recomenda hábitos simples, como manter pouca luminosidade no ambiente, não se estressar e não trabalhar ou conversar próximo ao momento do sono. O médico também aconselha adotar algumas "receitas da vovó", como tomar um banho morno ou um leite quente. "Hoje em dia, há provas científicas de que essas coisas têm a função de melhorar a qualidade do sono", garante.

Caso a pessoa não consiga dormir mesmo aderindo a bons hábitos, recomenda-se procurar orientação médica. O Sistema Único de Saúde (SUS) oferece tratamento gratuito para esse tipo de problema.

Fonte: Blog da Saúde