



EXAMES MÉDICOS PERIÓDICOS

Prevenir é cuidar de quem
faz o IFRN acontecer.

DIASS

Diretoria de
Atenção à Saúde do
Servidor

DIGPE

Diretoria Sistêmica de
Gestão de Pessoas



INSTITUTO FEDERAL
Rio Grande do Norte

O QUE SÃO EXAMES MÉDICOS PERIÓDICOS?

Eles são uma avaliação realizada em intervalos regulares, com o objetivo de monitorar as condições de saúde do trabalhador, identificar precocemente possíveis alterações e prevenir doenças, especialmente aquelas relacionadas ao trabalho ou ao ambiente laboral. Geralmente, inclui avaliação clínica e a realização de exames complementares, como laboratoriais e de imagem.

Esses exames são respaldos pelos **art. 206-A da Lei nº 8.112/1990**, sendo regulamentados pelo **Decreto nº 6.856/2009** e operacionalizados pela **Portaria Normativa SRH nº 04/2009**.

Conforme indica a Portaria Normativa nº 04/2009, serão contemplados:

I – todos os servidores ativos regidos pela Lei nº 8.112/90;

II – os servidores nomeados, exclusivamente, para o exercício de cargo em comissão;

III – os empregados públicos anistiados que retornaram à Administração Pública Federal, lotados em órgãos ou entidades da Administração direta, suas autarquias e fundações.

QUAL A PERIODICIDADE DOS EXAMES MÉDICOS?

A periodicidade dos exames dependerá da idade do servidor e da sua exposição a riscos no ambiente de trabalho. Conforme o **artigo 4º do Decreto nº 6.856/2009**, os Exames Médicos Periódicos serão realizados conforme os seguintes intervalos de tempo:

Bienal, para os servidores com idade entre 18 e 45 anos;

Anual, para servidores com idade acima de 45 anos;

Anual ou em intervalos menores, para os servidores expostos a riscos que possam implicar no desencadeamento ou agravamento de doença ocupacional ou profissional e para portadores de doenças crônicas.

O prazo para realização dos Exames Médicos Periódicos é de **1 de outubro à 30 de novembro de 2026**, incluindo a avaliação clínica. Recomenda-se não deixar a realização para os últimos dias do período.

A realização dos exames periódicos deve ser no horário de expediente, sem necessidade de compensação de horários por parte dos servidores (Art. 6º, Portaria SRH nº 004/2009). O servidor deverá registrar esta ausência no SUAP.

Para confirmar ou recusar a participação nos Exames Periódicos, o servidor deverá acessar o Sou GOV (app ou site).

POR QUE DEVO FAZER O EXAME MÉDICO PERIÓDICO?

Esta é uma importante **ferramenta de prevenção, promoção e acompanhamento da saúde no trabalho.**

Por meio desse exame é possível identificar precocemente doenças ou alterações de saúde, mesmo antes do surgimento de sintomas; monitorar as condições de saúde ao longo do tempo, permitindo intervenções oportunas; detectar possíveis agravos relacionados ao trabalho ou ao ambiente laboral; subsidiar ações de promoção da saúde e qualidade de vida no âmbito institucional.

Além disso, trata-se de uma ação prevista em normativos do serviço público federal, reforçando o compromisso da Administração com a saúde e segurança de seus servidores.

Lembre-se:

Os resultados dos exames somente serão conhecidos pelo médico do trabalho, laboratórios e o próprio servidor, pois as informações são sigilosas.

Você pode recusar a realização dos exames devendo assinar o Termos de Responsabilidade que estará disponível no Sou GOV. Caso reconsidere a decisão, o servidor tem 30 dias para realizar o reajuste.

QUAIS EXAMES SERÃO REALIZADOS?

De acordo com os critérios anteriormente citados, juntamente com o Decreto nº 6.856/2009 que estabelece um protocolo mínimo para o Exame Médico Periódico, os exames solicitados, de acordo com sexo e faixa etária, serão:

TODAS AS IDADES		A PARTIR DE 45 ANOS	A PARTIR DE 50 ANOS	
				
Avaliação Clínica Hemograma Completo Glicemia de Jejum Urina Creatinina Colesterol Total Triglicerídeos TGO e TGP		Exame Oftalmológico	Pesquisa de sangue oculto nas fezes PSA	Pesquisa de sangue oculto nas fezes Mamografia

O último Exame Médico Periódico realizado no IFRN foi em 2015. Dessa forma, na edição de 2026, serão convocados todos os servidores que estão em exercício a mais de um ano no Instituto.

COMO DEVO ME PREPARAR PARA OS EXAMES?

EXAME DE SANGUE

12h de jejum antes do exame.

Água pode ser ingerida, salvo orientação diferente do laboratório ou profissional da saúde.



EXAME DE URINA

Colete a primeira urina da manhã, dando prioridade ao jato do meio.



CITOLOGIA ONCÓTICA

O melhor período do ciclo menstrual para a realização do exame é pelo menos 05 dias após o término da menstruação.

Deve ser evitado o uso de cremes ou duchas vaginais por 48 horas anteriores ao exame.



EXAME DE FEZES

3 dias antes:

Realizar restrição alimentar indicada.

4º dia:

Realize a coleta das fezes e leve ao laboratório no mesmo dia, refrigerado.

Não consumir:

Carnes	Feijão
Peixes	Ovo
Aves	Melão
Suínos	Banana
Beterraba	Bebidas alcoólicas
Rabanete	Tomate
Nabo	Vegetais verdes
Couve-flor	Lentilha



PSA - EXAME DE SANGUE

Para homens acima de 50 anos

Busque evitar nos dias anteriores:



ONDE DEVE SER REALIZADA A AVALIAÇÃO CLÍNICA?

Para fins da realização dos Exames Médicos Periódicos, os seguintes polos foram estruturados:



Polo Natal

- Natal – Central
- Natal – Zona Leste
- Natal – Centro Histórico
- Natal – Zona Norte
- Ceará Mirim
- Parnamirim
- São Gonçalo do Amarante
- Reitoria
- Canguaretama
- Nova Cruz
- João Câmara
- Macau
- Lajes
- São Paulo do Potengi
- Currais Novos
- Caicó
- Santa Cruz
- Parelhas
- Jucurutu



Polo Oeste

- Apodi
- Mossoró
- Ipanguaçu
- Pau dos Ferros

É vedada a modalidade de ressarcimento quando o objeto em questão for o exame periódico de saúde do servidor.

Serão aceitos exames realizados antes da convocação para o Exame Médico Periódico, desde que respeitem os seguintes prazos:

- **3 meses para exames laboratoriais;**
- **6 meses para avaliação oftalmológica;**
- **12 meses para mamografia e citologia oncológica.**

O servidor deverá informar ao setor de Atenção à Saúde do Servidor do seu campus que já possui, total ou parcialmente, os exames solicitados, restando apenas o agendamento da avaliação clínica.

O servidor também pode realizar os exames utilizando o seu próprio plano de saúde. Nesses casos, o servidor deverá informar ao setor de Atenção à Saúde do Servidor do seu campus que já possui, total ou parcialmente, os exames solicitados, restando apenas o agendamento da avaliação clínica.

Em casos de afastamento:

- **Se o afastamento for superior a 90 dias, o servidor apenas será convocado no ano subsequente.**
- **O servidor que se encontrar em afastamento de até 90 dias considerado de efetivo exercício, deverá ser convocado no primeiro dia útil após o seu retorno.**

É vedada a modalidade de ressarcimento quando o objeto em questão for o exame periódico de saúde do servidor.

Serão aceitos exames realizados antes da convocação para o Exame Médico Periódico, desde que respeitem os seguintes prazos:

- **3 meses para exames laboratoriais;**
- **6 meses para avaliação oftalmológica;**
- **12 meses para mamografia e citologia oncótica.**

O servidor deverá informar ao setor de Atenção à Saúde do Servidor do seu campus que já possui, total ou parcialmente, os exames solicitados, restando apenas o agendamento da avaliação clínica.

O servidor também pode realizar os exames utilizando o seu próprio plano de saúde. Nesses casos, o servidor deverá informar ao setor de Atenção à Saúde do Servidor do seu campus que já possui, total ou parcialmente, os exames solicitados, restando apenas o agendamento da avaliação clínica.

Em casos de afastamento:

- **Se o afastamento for superior a 90 dias, o servidor apenas será convocado no ano subsequente.**
- **O servidor que se encontrar em afastamento de até 90 dias considerado de efetivo exercício, deverá ser convocado no primeiro dia útil após o seu retorno.**

OUTRAS DÚVIDAS?

O servidor poderá procurar a Coordenação de Gestão de Pessoas do seu Campus, a Diretoria de Administração de Pessoal (servidores do Campus Natal Central) ou a Diretoria de Atenção à Saúde do Servidor (servidores da Reitoria).

E-mail oficial: emp@ifrn.edu.br

Também temos uma Inteligência Artificial treinada para sanar todas as suas dúvidas!

Acesse: <https://gemini.google.com/gem/1-cs2F-bRu8BX5BOTt4pBrO3hm2BwLV8jj?usp=sharing>

