



Curso
004_862

Implementação de Metodologias de Trabalho Seguro

Objectivos	<p>Transmitir aos formandos, conhecimentos relativos a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adequar as metodologias para a identificação dos perigos e avaliação e controlo dos riscos de higiene e segurança ocupacionais inerentes à actividade . • Identificar a principal legislação aplicável. • Identificar os perigos mais comuns expostos aos colaboradores. • Aplicar os meios de controlo os riscos mais adequados. • Divulgar dentro das empresas as boas práticas de Segurança e Higiene do Trabalho. • Dar a conhecer introdutoriamente as técnicas usadas na Protecção Civil. • Identificação e interpretação das Directrizes Práticas da OIT
Destinatários	Técnicos Superiores de Segurança e Higiene no Trabalho – Nível V que tenham exercido a profissão por um período inferior a 2 anos durante o período de validade do CAP
Duração	100 horas
Datas de Realização	A definir
Local de Realização	A defini
Área Temática de Formação	862 – Segurança e Higiene no Trabalho
Formador(es)	A definir
Modalidade de Formação	Formação Contínua
Forma de Organização da Formação	Formação presencial em sala
Metodologias de Formação	Metodologias activas Prática simulada
Metodologias de Avaliação	Avaliação contínua e Sumativa
Recursos Materiais e Pedagógicos	Computador; Impressora; TV; Vídeo; Retroprojector; Videoprojector; Tela de Projecção; Quadro Cerâmico.
Espaços e respectivos Requisitos	Sala com mesas dispostas em “U”

**Conteúdos
Programáticos****Módulo 1: - ENQUADRAMENTO LEGAL DA HIGIENE E SEGURANÇA DO TRABALHO**

- 1.1 Principais diplomas legais sobre segurança e higiene no trabalho
- 1.2. Legislação de âmbito geral e sectorial
- 1.3 Organização e gestão dos serviços de SHST

Módulo 2: - FUNDAMENTOS E NOÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA E HIGIENE DO TRABALHO

- 2.2. Fundamentos ético-sociais, jurídicos e económicos
- 2.3. Acidentes de trabalho
- 2.4. Conceito, classificação e custos dos acidentes de trabalho
- 2.5. Análise de riscos
- 2.6. Causalidade dos acidentes
- 4.2. Estatísticas de acidentes de trabalho

Módulo 3: - SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA

- 3.1. Conceitos e tipos de sinalização
- 3.2. Características dos vários tipos de sinais
- 3.3 Classificação e rotulagem de substâncias perigosas

Módulo 4: - EQUIPAMENTOS DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL

- 4.1. Selecção e principais tipos de equipamentos de protecção individual

Módulo 5: - PREVENÇÃO, PROTECÇÃO E COMBATE A INCÊNDIOS

- 5.1. Química do incêndio
- 5.2. Medidas de prevenção, protecção e combate de incêndios
- 5.3. Causas de inflamação
- 5.4. Agentes de extinção
- 5.5. Meios de extinção
- 5.6. Classes de fogos
- 5.7. Organização da luta contra incêndios nas empresas

Módulo 6: - ERGONOMIA NOS LOCAIS E POSTOS DE TRABALHO

- 6.1. Organização e dimensionamento dos postos de trabalho
- 6.1. Abordagem ergonómica
- 6.2. Interação Homem-máquina ; Interação Homem- espaço de trabalho
- 6.4. Elevação e transporte manual de cargas
- 6.5. Posturas e movimentos perigosos da coluna vertebral
- 6.6. Princípios de economia e de esforço na movimentação manual de cargas
- 6.7. Cargas máximas permitidas

Módulo 7: - RUÍDO

- 7.1. Introdução e características do ruído
- 7.2. Tipos de ruído ;
- 7.3. Medição do ruído
- 7.4. Consequências do ruído
- 7.5. Controlo do ruído

Módulo 8: - ILUMINAÇÃO DOS LOCAIS E POSTOS DE TRABALHO

- 8.1. Factores mais importantes da iluminação



Módulo 9: - As Directrizes Práticas da OIT

- 9.1.Requisitos gerais
- 9.2.Política de segurança e saúde ocupacional
- 9.3.Planeamento
- 9.4.Identificação, avaliação e controlo de riscos
- 9.5.Implementação e operações
 - 9.6.Estrutura e responsabilidade
 - 9.7.Formação e competências
 - 9.8.Comunicação
 - 9.9.Controlo de documentos e dados
 - 9.10.Controlo operacional
 - 9.11.Resposta a emergências
 - 9.12.Acções correctivas
 - 9.13.Medidas de monitorização da performance
 - 9.14.Acidentes, incidentes, não conformidades, acções correctivas e preventivas
 - 9.15.Registos
 - 9.16.Auditorias

Total Horas:

100