

# Boas Práticas de Promoção da segurança e saúde no trabalho

Secretaria-Geral da Educação e Ciência



Imagens: Pixabay

## Quanto custa?

- Instalações inseguras
- Posto de trabalho inadequado



Imagem: Pixabay

## É difícil quantificar....

- Acidentes
- Doenças profissionais
- Stress
- Perda de rendimentos
- Custos com despesas médicas
- Absentismo
- Desmotivação
- Diminuição da produtividade
- Diminuição da qualidade
- Investimentos de recurso, reativos



Imagem: Pixabay

## Quanto custa?

- Médicos do trabalho
- Técnicos de higiene e segurança no trabalho
- Adaptação e manutenção das instalações
- Adaptação e manutenção dos equipamentos
- Adaptação de procedimentos
- Disponibilização de EPIs
- Condições de higiene e limpeza adequadas

**Mais fácil de quantificar....**

**Mais difícil de obter...?**





Imagem: Pixabay

## Como começar?

- Estabelecer uma equipa e definir responsabilidades
- Fazer um diagnóstico ao estado da SHST
- Elencar todas as não conformidades e oportunidades de melhoria
- Estabelecer prioridades
  - O que podemos fazer com recursos próprios
  - O que temos de fazer com recurso a investimento
  - O que é fundamental e inadiável
- Traçar objetivos, indicadores e metas



Imagem: Pixabay

## O que é possível fazer com recursos próprios?

- Incluir requisitos de SHST na contratação
- Verificar a boa execução de contratos existentes
- Monitorizar e avaliar fornecedores
- Avaliar a conformidade legal
- Sensibilizar trabalhadores e fornecedores
- Consultar os trabalhadores
- Alterar a disposição de mobiliário
- Verificar a validade e acessibilidade de extintores e outros equipamentos



Imagem: Pixabay

- Avaliar a conformidade legal
- Incluir requisitos de SHST na contratação
- Verificar a boa execução de contratos existentes
- Monitorizar e avaliar fornecedores

Requisitos legais SST a controlar (exemplos)							Data:	
Diploma	Objeto	Requisito legal	Prazo legal frequência	Última aplicação	Próxima aplicação	Responsabilidade	Conformidade	Observações
Decreto-lei n.º 102/2009 de 10 de setembro (versão atual)	Saúde no trabalho	Validade de fichas de aptidão dos trabalhadores	1 ano para trabalhadores + 50 anos e 2 anos para trabalhadores -50 anos	mar/17	mar/18	DSPISG Serviços externos de saúde no trabalho	√	
Decreto-Lei n.º 503/99 de 20 de novembro	Saúde no trabalho	Participar o acidente mortal ou que evidencie uma situação particularmente grave à ACT	24 horas após a ocorrência	NA	NA	Recursos humanos	NA	Não houve ocorrências
Decreto-Lei n.º 320/2002 de 28 de dezembro	Equipamento	Certificado de inspeção periódica a afixar no elevador;	Bienal	ago/17	ago/19	Património CML	√	
		Manutenção por Empresa de manutenção e instalação de elevador certificada pela Direção-Geral de Energia e Geologia	Anual	mar/17	mar/18	Empresa de manutenção e instalação de elevadores	√	





Imagem: Pixabay

Verificar a validade e acessibilidade de extintores

Portaria n.º 1532/2008, de 29 de dezembro

NP 4413 - manutenção



Extintor



Placa de sinalização



Placa de rodapé

## Lista de verificação de extintores

Data.:

N.º	Piso	Localização	N.º Série	Ano Construção	Tipo / capacidade	Validade	Verificação de extintor											Placa de sinalização				Observações
							No local	Visível	Acessível	Selo intacto	Rótulo em português	Instruções legíveis	Dentro da validade	Pressão manómetro	Bom estado conservação	Visível	Bom estado conservação	Fixa	Limpa			
							1	1	Corredor junto a...	xpto	fev/12	Espuma AFFF 6kg	fev/18	√	X	X	√	√	√	√	√	
2	1	Junto ao quadro elétrico ...	ptox	fev/12	Pó químico 6kg	fev/18	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	Substituir na próxima manutenção por extintor de agente extintor CO2. A sala está fechada (concessionário de férias). A DSGP informou que a manutenção foi efetuada.		
				fev/12	CO2 2kg	fev/18	√	√	√	√	√	√	√	√	X	√	√	√	√	Aconselha-se a colocação da placa de rodapé imediatamente acima do extintor.		
				fev/12	Espuma AFFF 6kg	mar/18	√	√	X	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	O extintor possui uma altura superior a 1,20 metros do solo até ao manípulo.		
				fev/08	Pó químico 6kg	ago/17	√	√	√	√	√	√	X	√	√	√	√	√	√	Extintor fora da validade.		
				fev/12	CO2 2kg	mar/18	√	√	√	√	√	√	√	√	X	X	X	X	X	Colocar a placa de sinalização a 2-2,5m de altura.		
				fev/12	Espuma AFFF 6kg	abr/18	X	X	X	X	X	X	X	X	X	√	√	√	√	Extintor em falta		



Imagem: Pixabay



**O que necessita de investimento?**

- Contratar medicina no trabalho
- Contratar higiene e segurança no trabalho
- Formar socorristas e adquirir caixas de primeiros socorros
- Formar trabalhadores em manuseamento de extintores
- Implementar um plano de gestão de riscos de SHST



Imagem: Pixabay



**O que necessita de maior investimento?**

- Implementar e aprovar medidas de autoproteção
- Adequar instalações (iluminação, ambiente térmico, insonorização, STIC,...)
- Adquirir e manter sistemas e meios de combate a incêndios



www.shutterstock.com - 631175097

## Medicina no trabalho

### DGS - Entidades autorizadas a prestar serviço externo de saúde do trabalho

- Consultas de admissão, periódicas e ocasionais
- Exames complementares de diagnóstico
- Visita anual aos postos de trabalho com relatório de NC
- Análise do ritmo de trabalho
- Investigação de acidentes
- Sensibilização a trabalhadores
- Contributos para o IPAR



www.shutterstock.com - 385910671

## Segurança no trabalho

### [ACT - Entidades autorizadas para a prestação de serviços externos de segurança no trabalho](#)

- Visita anual aos postos de trabalho com relatório de NC
- Investigação de acidentes
- Sensibilização a trabalhadores
- Avaliação dos riscos profissionais e das condições de trabalho
- Medidas preventivas e corretivas
- Avaliação de componentes físicos
- Verificação de equipamentos

## Eixos

### Saúde, higiene e segurança no trabalho





*“É inútil dizer «estamos a fazer o possível».  
Precisamos de fazer o que é necessário.”*

*Winston Churchill*

Obrigada pela Vossa atenção!!