

**DADOS GERAIS****Área de Formação:** 341 – Comércio**Duração Total:** 25 Horas | **Nº horas SC:** 0 | **Nº horas CT:** 15 | **Nº horas PS:** 10**Cronograma:** 4 semanas**UFCD:** 0349 **Curso/Módulo:** Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho**FORMADOR****José Antunes dos Santos**

Técnico Superior de ST, Formador e Consultor em empresas e associações empresariais (ADD – Associação de Desenvolvimento do Dão; ACSP - Associação de Comércio e Serviços de Pombal; ACILIS – Associação de Comércio, Indústria e Serviços da Região de Leiria; CEC – Conselho Empresarial do Centro; AAFC - Associação de Agentes Funerários do Centro; ARICOP - Associação Regional dos Industriais da Construção e Obras Públicas de Leiria). Docente do ISDOM – Instituto Superior D. Dinis (Marinha Grande).

**OBJETIVOS DO CURSO****Objetivos Gerais:**

Identificar e reconhecer a legislação e as boas práticas que permita aos decisores, e aos trabalhadores agirem e decidirem nos termos legais e regulamentares com vista a um ambiente seguro e saudável.

**Objetivos de Aprendizagem:**

- Identificar os principais problemas ambientais.
- Promover a aplicação de boas práticas para o meio ambiente.
- Explicar os conceitos relacionados com a segurança, higiene e saúde no trabalho.
- Reconhecer a importância da segurança, higiene e saúde no trabalho.
- Identificar as obrigações do empregador e do trabalhador de acordo com a legislação em vigor.
- Identificar os principais riscos presentes no local de trabalho e na atividade profissional e aplicar as medidas de prevenção e proteção adequadas.
- Reconhecer a sinalização de segurança e saúde
- Explicar a importância dos equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual.

**CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS****AMBIENTE**

- Principais problemas ambientais da atualidade
- Resíduos
- Gestão de resíduos

- Estratégias de atuação
- Boas práticas para o meio ambiente

**SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO****CONCEITOS BÁSICOS RELACIONADOS COM A SHST**

- Trabalho, saúde, segurança no trabalho, higiene no trabalho, saúde no trabalho, medicina no trabalho, ergonomia, psicossociologia do trabalho, acidente de trabalho, doença profissional, perigo, risco profissional, avaliação de riscos e prevenção

**ENQUADRAMENTO LEGISLATIVO NACIONAL DA SHST**

- Obrigações gerais do empregador e do trabalhador

**ACIDENTES DE TRABALHO**

- Conceito de acidente de trabalho
- Causas dos acidentes de trabalho
- Consequências dos acidentes de trabalho
- Custos diretos e indiretos dos acidentes de trabalho

**DOENÇAS PROFISSIONAIS**

- Conceito
- Principais doenças profissionais

**PRINCIPAIS RISCOS PROFISSIONAIS**

- Riscos biológicos
- Agentes biológicos

- Vias de entrada no organismo
  - Medidas de prevenção e proteção
  - Riscos Físicos (conceito, efeitos sobre a saúde, medidas de prevenção e proteção)
  - Ambiente térmico
  - Iluminação
  - Radiações (ionizantes e não ionizantes)
  - Ruído
  - Vibrações
  - Riscos químicos
    - Produtos químicos perigosos
    - Classificação dos agentes químicos quanto à sua forma
    - Vias de exposição
    - Efeitos na saúde
    - Classificação, rotulagem e armazenagem
    - Medidas de prevenção e proteção
  - Riscos de incêndio ou explosão
    - O fogo como reação química
      - Fenomenologia da combustão
      - Principais fontes de energia de ativação
      - Classes de Fogos
      - Métodos de extinção
    - Meios de primeira intervenção - extintores
      - Classificação dos Extintores
      - Escolha do agente extintor
  - Riscos elétricos
    - Riscos de contacto com a corrente elétrica: contatos diretos e indiretos
    - Efeitos da corrente elétrica sobre o corpo humano
    - Medidas de prevenção e proteção
  - Riscos mecânicos
    - Trabalho com máquinas e equipamentos
    - Movimentação mecânica de cargas
  - Riscos ergonómicos
    - Movimentação manual de cargas
  - Riscos psicossociais
- SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E SAÚDE**
- Conceito
  - Tipos de sinalização
- EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO COLETIVA E DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL**
- Principais tipos de proteção coletiva e de proteção individual