



Segurança e Higiene do Trabalho / Trabalhador Designado – 60 Horas

Competências a adquirir no Módulo:

- Promoção de comportamentos seguros e correcta utilização dos equipamentos de trabalho e protecção e fomento do interesse e da cooperação dos trabalhadores na acção preventiva.
- Promoção, em particular das actuações de prevenção básicas, tais como, a ordem, a limpeza, a sinalização e a manutenção geral e garantir a sua continuação e controlo.
- Realização de avaliações elementares de risco e, para cada caso, estabelecimento de medidas de prevenção compatíveis com seu grau de formação.
- Colaboração na avaliação e controlo de riscos específicos da empresa, efectuando visitas para esse efeito, registando as queixas, sugestões e outra informação relevante.
- Actuação em casos de emergência e de necessidades de dispensa de primeiros socorros, assegurando as primeiras intervenções.
- Cooperação com os serviços de Prevenção.

Conteúdos Programáticos:

Conceitos Básicos de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho – 10 H

- **Introdução à Prevenção de Riscos Profissionais**
- **Quadro Legal Básico em Termos de Prevenção de Riscos Profissionais**

Riscos Gerais e Sua Prevenção – 25 H

- **Riscos relacionados com as Condições de Segurança**
- **Riscos relacionados com o Meio de Trabalho**
- **Carga de Trabalho, Fadiga e Insatisfação Laboral**
- **Sistemas Elementares de Controlo de Riscos. Protecção Colectiva e Individual**
- **Noções Básicas de Actuação em Casos de Emergência e Evacuação**
- **Primeiros Socorros**
- **Controlo da Saúde dos Trabalhadores**

Elementos Básicos de Gestão da Prevenção de Riscos Profissionais – 10 H

- **Organização da Prevenção na Empresa**
- **Organismos Públicos relacionados com a Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho**

Riscos Específicos e Sua Prevenção – 15 H

- **Introdução à Prevenção de Riscos Profissionais**
- **Quadro Legal Básico em Termos de Prevenção de Riscos Profissionais**
- **Segurança nos Estaleiros Temporários ou Móveis**