



ARSENAL DO ALFEITE

## Serviço de Formação e Desenvolvimento

### CSHI1 - SEGURANÇA INDUSTRIAL

#### OBJECTIVO GERAL

Habilitar os trabalhadores com os conhecimentos necessários para poderem identificar e prevenir os riscos de acidente e de doenças profissionais existentes nos seus locais e postos de trabalho.

#### OBJECTIVO ESPECÍFICOS

Ao concluírem este curso os trabalhadores deverão ficar aptos a:

- Identificar e prevenir os riscos de acidentes devido à utilização de máquinas, equipamentos e ferramentas;
- Identificar e prevenir os riscos de acidentes relacionados com os acessos e pavimentos dos seus locais e postos de trabalho;
- Identificar e prevenir os riscos de acidentes que possam ocorrer na realização de trabalhos em altura;
- Identificar e prevenir os riscos de acidentes e doenças profissionais devidos à Movimentação Manual de Cargas;
- Identificar e prevenir os riscos de acidentes devidos à Movimentação Mecânica de Cargas e Armazenagem;
- Identificar e prevenir os riscos de acidentes devidos à utilização de energia eléctrica;
- Identificar e prevenir os riscos de acidentes e doenças profissionais devidos à utilização e exposição ao efeito da energia mecânica, electromagnética e calorífica;
- Identificar e prevenir os riscos de acidentes e doenças profissionais relacionados com a exposição a agentes químicos;
- Prevenir os incêndios nos seus locais de trabalho;
- Conhecer e saber identificar o significado da sinalização de segurança.

#### PRÉ-REQUISITOS

Ser trabalhador de empresa industrial em geral.

#### POPULAÇÃO ALVO

Trabalhadores que desempenhem funções na área fabril.

## PROGRAMA

## Distribuição Horária

<b>1. Fundamentos da HSST</b>	<b>30m</b>
1.1. Riscos profissionais	15m
1.2. Métodos Fundamentais de Prevenção de Riscos Profissionais	15m
<b>2. Acidentes de Trabalho</b>	<b>45m</b>
2.1. Legislação	30m
2.2. Procedimentos em Caso de Acidente de Trabalho	15m
<b>3. Comportamento Geral</b>	<b>30m</b>
<b>4. Riscos de Operação</b>	<b>5h15m</b>
4.1. Máquinas, Equipamentos e Ferramentas Manuais e Eléctricas	30m
4.2. Movimentação manual e Mecânica de Cargas	1h30m
4.3. Armazenagem	30m
4.4. Acessos e Pavimentos	1h00m
4.5. Trabalhos em Altura	30m
4.6. Electricidade	1h00m
4.7. Ar Comprimido	15m
<b>5. Agentes Físicos</b>	<b>3 horas</b>
5.1. Ruído e Vibrações	1h30m
5.2. Radiações Ionizantes e Não Ionizantes	30m
5.3. Iluminação	30m
5.4. Ambiente Térmico	30m
<b>6. Agentes Químicos</b>	<b>2 horas</b>
6.1. Produtos e Substâncias Químicas	1h00m
6.2. Atmosferas Perigosas	1h00m
<b>7. Prevenção Contra Incêndios</b>	<b>1 hora</b>
<b>8. Protecção Individual e Colectiva</b>	<b>1 hora</b>
<b>9. Sinalização de Segurança</b>	<b>1 hora</b>

## CARGA HORÁRIA

15 Horas