



ARSENAL DO ALFEITE

Serviço de Formação e Desenvolvimento

CHSV1 - SEGURANÇA NA MOVIMENTAÇÃO MANUAL E MECÂNICA DE MATERIAIS

OBJECTIVO GERAL

Certificar, em termos de higiene e segurança no trabalho, os condutores de viaturas ligeiras de transporte e movimentação de materiais

OBJECTIVO ESPECÍFICOS

Ao concluírem este curso os trabalhadores deverão ficar aptos a:

1. Identificar e prevenir os riscos de acidentes e doenças profissionais associados à movimentação manual de cargas;
2. Identificar e prevenir os riscos de acidentes associados à movimentação mecânica de cargas;
3. Identificar e prevenir os riscos de acidentes associados à armazenagem;
4. Identificar e interpretar correctamente a sinalização de segurança existente no estaleiro.

PRÉ-REQUISITOS

Ser trabalhador de empresa industrial em geral.

POPULAÇÃO ALVO

Trabalhadores que, no desempenho das suas funções, tenham necessidade de utilizar Viaturas Ligeiras de Transporte e efectuar Movimentação de Materiais.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

1. Acidentes de Trabalho	(1 hora)
1.1. Legislação	0,5 h
1.2. Procedimentos em caso de acidente de trabalho	0,5 h
2. Movimentação Manual de Cargas	(2 horas)
2.1. Riscos de acidente e doenças profissionais	1,0 h
2.2. Riscos de lesão na coluna vertebral	0,5 h
2.3. Cargas máximas permitidas por Lei	0,5 h
3. Movimentação mecânica de cargas	1,5 h
4. Armazenagem	1,0 h
5. Sinalização de segurança	0,5 h

CARGA HORÁRIA

6 Horas