

## ABRIL 2016

### EDIÇÃO 2

- + Medicina do Trabalho/  
Saúde Ocupacional
- + Medidas de Autoproteção
- + 28 de Abril  
Dia Mundial da Segurança e  
Saúde no Trabalho

### EVENTOS 2016

#### 19 DE ABRIL

Lançamento da Campanha Europeia  
2016-2017: Locais de Trabalho Saudáveis  
para todas as Idades  
Centro Cultural Olga Cadaval, Sintra

#### 28 DE ABRIL

Dia Mundial da Segurança e Saúde no  
Trabalho

#### 4 DE MAIO

5º Fórum Amianto e o 3º sobre Substâncias  
Perigosas - 08:30 - 17:30h  
FIL – Parque das Nações, Lisboa

K-INFORMA,  
boletim informativo da Kmed Europa.

T 217 622 356  
F 217 604 008  
geral@kmedeuropa.pt  
www.kmedeuropa.pt

Dúvidas, questões ou sugestões?  
Não hesite em contactar-nos.



## Saúde no Trabalho

### Medicina do Trabalho / Saúde Ocupacional

Desde 1950 que a Organização Mundial do Trabalho (OIT) em conjunto com a Organização Mundial da Saúde (OMS) preconizaram a adaptação do trabalho ao homem e de cada homem ao seu trabalho, através da:

- Promoção e manutenção do bem estar físico, mental e social dos trabalhadores em todas as profissões;
- Prevenção das doenças relacionadas com o trabalho;
- Proteção dos trabalhadores no seu trabalho contra os riscos profissionais;
- Manutenção do trabalhador num ambiente de trabalho adaptado às suas capacidades físicas e psicológicas.



As grandes finalidades da Medicina do Trabalho são pois, a saúde e o bem estar dos trabalhadores, quer a nível individual como a nível coletivo, através da prevenção dos riscos profissionais e da promoção da saúde dos trabalhadores.

Qualquer trabalhador, independentemente do ramo de atividade empresarial onde se insere, pode estar exposto a fatores de risco profissionais que podem ser de natureza física, química, biológica, psicossocial ou relacionada com a atividade. Os médicos do trabalho ocupam-se portanto da vigilância da saúde e do ambiente de trabalho, e da promoção da saúde desses trabalhadores.

A vigilância da saúde deve ser realizada com consentimento livre e informado dos trabalhadores que devem ser informados dos aspetos positivos e negativos da sua realização e dos programas de prevenção dos riscos profissionais. Também os resultados dos exames de saúde devem ser-lhes explicados.

Se o resultado do exame de saúde revelar a inaptidão do trabalhador, o médico do trabalho deve indicar, sendo caso disso, outras funções que aquele possa desempenhar.

As observações clínicas relativas aos exames de saúde são anotadas na ficha clínica do trabalhador. Esta ficha clínica está sujeita ao segredo profissional. À entidade empregadora os resultados são comunicados na Ficha de Aptidão, devendo ser destacadas as propostas destinadas a adaptar o trabalho a cada trabalhador e as eventuais limitações médicas.



Face aos resultados da vigilância da saúde dos trabalhadores, estes não poderão ser prejudicados, pelo que a vigilância da saúde deve ser realizada por profissionais com competências específicas e legalmente regulamentadas, devendo os médicos do trabalho seguir um Código Ético baseado em vários princípios, nomeadamente:

- Promover um ambiente de trabalho saudável e seguro;
- Apoiar os princípios éticos;
- Evitar a discriminação e estabelecer relações de confiança e de equidade;
- Manter a competência profissional;
- Proteger a confidencialidade do trabalhador;
- Aconselhar e relatar sobre a saúde e os riscos profissionais;
- Ter em atenção os conflitos de interesses.



(Fonte: Revista Segurança, Edição Nº 230)

## Segurança no Trabalho



### Medidas de Autoproteção

Os estabelecimentos podem ser afetados por diversos riscos, sendo o mais frequente o risco de incêndio.

Com a preocupação da segurança de edifícios nasceu o Regulamento Jurídico de Segurança Contra Incêndio em Edifícios (RJ-SCIE), Decreto-Lei n.º 220/2008, de 12 de Novembro (alterado pelo Decreto-Lei n.º 224/2015 de 9 de outubro). Este documento introduz, entre outros, a obrigatoriedade das **medidas de autoproteção, medidas de organização e gestão da segurança**, fundamentais para a prevenção e resposta a situações de emergência.

O RJ-SICE vem englobar as disposições regulamentares aplicáveis a todos os tipos de edifícios e recintos, as quais se distribuem por 12 utilizações tipo, subdividindo-se, por sua vez, cada uma delas, em 4 categorias de risco.

Baseia-se o mesmo nos princípios gerais de preservação da vida humana, do ambiente e do património cultural, sendo estes comuns a todas as utilizações de edifícios e recintos, e visando em todas elas:

- Reduzir a probabilidade de ocorrência de incêndios;
- Limitar o desenvolvimento de eventuais incêndios, circunscrevendo e minimizando os seus efeitos, nomeadamente a propagação do fumo e gases de combustão;
- Facilitar a evacuação e o salvamento dos ocupantes em risco;
- Permitir a intervenção eficaz e segura dos meios de socorro.

Para dar corpo ao estabelecido neste regime, foi aprovado o regulamento técnico que estabelece as condições técnicas gerais e específicas da Segurança Contra Incêndios em Edifícios, (RT-SCIE), Portaria1532/08 de 29 de Dezembro.

### O que são efetivamente as medidas de autoproteção?

As Medidas de Autoproteção, no geral e para determinado Edifício ou Recinto, são medidas de organização e gestão da segurança e consistem num conjunto procedimentos, documentos e/ou registos que dependem da Utilização Tipo e da Categoria de Risco. Esses procedimentos, documentos e/ou registos poderão abranger:

- Registos de Segurança;
- Procedimentos de Prevenção;
- Plano de Prevenção;
- Procedimentos em caso de Emergência;
- Plano de Emergência Interno;
- Ações de sensibilização/formação;
- Simulacros.



*(Na próxima Edição iremos continuar este tema)*

## 28 de Abril - Dia Mundial da Segurança e Saúde no Trabalho

### Stresse é tema do Dia 28 de Abril de 2016

O stresse é tema das próximas comemorações do Dia Mundial da Segurança e Saúde no Trabalho a realizar a 28 de Abril de 2016.

Segundo recente anúncio da OIT, o tema das comemorações do Dia Mundial da Segurança e Saúde no Trabalho para 2016 é «Stresse no Trabalho: um desafio coletivo».

As comemorações de 2016 têm como objetivo sensibilizar os atores laborais e a sociedade civil para o impacto do stresse nos locais de trabalho, nomeadamente ao nível das doenças e mortes relacionadas com o trabalho, visando a redução da sinistralidade laboral e dos fatores de trabalho que originam as doenças profissionais.

O Dia Mundial da Segurança e Saúde no Trabalho, que tem como objetivo homenagear as vítimas de acidentes de trabalho e doenças profissionais, é comemorado oficialmente em inúmeros países como parte integrante da estratégia para a segurança e saúde no trabalho, promovendo a criação de uma cultura global de segurança através da sensibilização de todos os atores laborais.

Em 2016 assinalam-se igualmente os 15 anos de comemoração oficial desta efeméride em Portugal que, por deliberação da Assembleia da República, é denominada Dia Nacional de Prevenção e Segurança no Trabalho.

Informações Adicionais em [www.act.gov.pt](http://www.act.gov.pt)

Local: a determinar

Data de início: 28-04-2016

Data de fim: 31-12-2016