



**DOSSIE PEDAGÓGICO  
DE  
FORMAÇÃO PROFISSIONAL  
NO  
MERCADO DE TRABALHO**

**Formador:**

## **Enquadramento**

O Centro de Formação da PROGENE (CFP) pretende habilitar profissionais com conhecimentos voltados a área de Integração Profissional no Mercado de Trabalho, uma vez que o mercado de trabalho tem estado cada vez mais competitivo. Curso este certificado pelo INEFOB.

## **Destinatários:**

O curso de Aprovisionamento e Logística é dirigido a todos os indivíduos que pretendam adquirir uma vasta gama de conhecimentos voltados para a área de formação referenciada.

## **Conteúdos programáticos**

**Objectivos:** no final do módulo o formando deve ser capaz de:

- *Conhecer os seus pontos fracos e fortes e utilizar isso a seu favor;*
- *Potencializar as suas capacidades técnicas e comportamentais;*
- *Descobrir a sua vocação profissional;*
- *Desempenhar com brio a sua função ou tarefa;*

## **Objectivos da formação**

### **Geral**

Consideram-se como objetivos gerais deste curso de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho:

1. Alertar os participantes para a importância económica e social da prevenção dos riscos profissionais;
2. Consciencializar os participantes para a necessidade social e humana e para as vantagens económicas, da melhoria das condições de trabalho; Proporcionar aos participantes conhecimentos sobre assuntos gerais e específicos de segurança e higiene no trabalho, que lhes permitam desenvolver competências para:
  - a) Realizar ações de sensibilização/formação no campo da SHST;
  - b) Intervir na conceção e adaptação dos postos e locais de trabalho;
  - c) Participar na escolha dos sistemas e dispositivos de proteção ;

3. Participar na definição de procedimentos a cumprir nas tarefas que potenciem riscos, com a finalidade de eliminar ou reduzir os esses riscos profissionais, tendo em vista a diminuição dos acidentes de trabalho e de doenças profissionais;

4. Executar avaliações de riscos profissionais e propor as soluções adequadas

### **Específicos**

No final da formação, os formandos deverão ser capazes de:

1. Conduzir a investigação no domínio das novas técnicas de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho produzindo conhecimentos para apoio à formulação e avaliação das políticas públicas.
2. Saber aplicar as regras de SHST;
3. Adequar os EPI e os EPC aos trabalhos a serem executados;
4. Identificar Perigos e Riscos associados e propor medidas adequadas de prevenção;

<b>Programa de Formação</b>
<b>Área de formação</b> Segurança , Higiene e Saúde no Trabalho
<b>Público – Alvo</b> Consideram-se como público-alvo prioritário do curso de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho :
(1) Os empregadores e os trabalhadores designados das microempresas e representantes dos empregadores, que façam a articulação com os prestadores de serviço de SHT ou com os serviços

interempresas de SHT,
(2) Os pequenos e médios empregadores e
(3) Os seus representantes, designados como responsáveis pela estrutura interna de SHST da empresa.
Admite-se no entanto que o curso possa interessar a outros tipos de públicos-alvo constituídos por: Empresários em geral, interessados na gestão directa da SHST; Todas as pessoas interessadas em obter uma formação alargada em assuntos de SHST.
<b>Duração total da ação</b>
42 horas de formação

<b>Forma de organização e modalidade de formação</b>
O Curso de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho está estruturado em 5 Módulos de SHST precedidos de um módulo 1, com os objetivos específicos que se listam.

<b>Módulo 1 – Introdução à SHST</b>
<b>Conceitos Fundamentais e Legislação</b>
Este Módulo tem como objectivos:
1. Descrever as responsabilidades dos empregadores e dos trabalhadores, no campo da SHST;
2. Enunciar as intervenções a desenvolver no seu local de trabalho, tendo em vista a redução dos acidentes de trabalho e da incidência das doenças profissionais; Descrever os processos de controlo dos riscos nos locais de trabalho;
3. Conhecer a forma como a legislação de SHT é aplicada na Administração Pública;
4. Identificar e interpretar e a legislação nacional mais relevante sobre SHST, assim como as Diretivas Comunitárias Conhecer e caracterizar as estruturas participativas de âmbito internacional, nacional e empresarial (ONU, OIT, OMS, etc.).

<b>Módulo 2 – Avaliação de Riscos Profissionais</b>
Este Módulo tem como objectivos
1. Descrever os elementos principais do conceito atual de prevenção;
2. Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho
3. Citar e descrever alguns dos princípios gerais da prevenção;
4. Enunciar algumas medidas de prevenção;
5. Identificar e interpretar alguns documentos legislativos que tenham por objeto a prevenção de acidentes de trabalho;
6. Descrever as várias modalidades que uma empresa tem para organizar os seus serviços de prevenção;

7. Descrever algumas medidas a tomar em cada uma das etapas do processo de gestão;
8. Enumerar os vários índices de acidentes utilizados nas estatísticas e no controlo da prevenção;

### **Módulo 3 – Segurança do Trabalho**

#### **Equipamentos de Proteção (Individual) no Trabalho (EPI)**

##### **Objectivos**

1. Descrever as formas de atuação possíveis para eliminar ou reduzir os riscos da atividade laboral, potenciais causadores de acidentes e de doenças profissionais; Aplicar aos seus locais de trabalho medidas de natureza organizacional como forma de redução dos riscos que correm os trabalhadores;
2. Indicar os equipamentos ou dispositivos de proteção individual que se tornam necessários no seu local de trabalho ou na sua empresa;
3. Seleccionar criteriosamente os diversos tipos de equipamentos de proteção individual, listando as especificações mais importantes a que cada um deve obedecer;
4. Identificar corretamente a sinalização de segurança: sinais de proibição, de aviso, de obrigação, de salvamento e saúde e de combate a incêndios.

### **Módulo 4- Riscos Elétricos no Trabalho**

##### **Objectivos**

1. Enumerar os diversos efeitos que a passagem da corrente elétrica pode provocar no corpo humano e listar os parâmetros que influenciam os efeitos fisiológicos da corrente elétrica;
2. Descrever de que forma os efeitos fisiológicos que se observam no corpo humano atravessado por correntes elétricas, são condicionados pelos diferentes parâmetros que os influenciam;
3. Utilizar ou aconselhar a utilização de algumas medidas contra contactos elétricos indiretos;

### **Módulo 5 – Higiene do Trabalho**

#### **O Ruído nos Locais e Postos de Trabalho**

##### **Objectivos**

1. Listar os principais riscos físicos existentes nos locais de trabalho e os seus efeitos na saúde dos trabalhadores;
2. Demonstrar aos participantes a importância social e económica do ruído excessivo nos locais de trabalho, através da análise das suas consequências na saúde e na segurança dos trabalhadores, e ainda na sua rentabilidade e qualidade do trabalho realizado;

3. Enumerar algumas consequências do ruído excessivo para a saúde e para a segurança dos trabalhadores;
4. Descrever algumas consequências económicas e sociais dos níveis de ruído nos locais de trabalho acima das normas e da legislação em vigor; Enunciar algumas formas concretas de controlo do ruído e explicar quando e porquê utilizar dispositivos individuais de proteção auditiva;

### **PRÉ-REQUISITOS DOS FORMANDOS**

Considera-se como factor do seu sucesso neste curso a motivação dos formandos e a sua disponibilidade total para interagirem com os formadores na colocação de questões ou dúvidas sobre a matéria e disponibilidade de tempo para estudarem os conteúdos, elaborarem todas as actividades sugeridas, as autoavaliações propostas .

Cumulativamente, os formandos devem possuir: Habilitações ao nível do 12º ano (ou equivalente) ou experiência profissional considerada relevante.

### **RECURSOS DE APRENDIZAGEM**

Os recursos técnico-pedagógicos a utilizar no curso são:

Textos base sobre cada tema, colocados online na plataforma informática de apoio ao curso ou em outro servidor. Os formandos podem fazer o seu download para autoestudo em situações offline, apresentações multimédia diversas, em PowerPoint, concebidas pelos formadores para situações de aprendizagem específicas;

### **Equipamentos e materiais de apoio**

1. Computador,
2. Acesso à internet,
3. Outros (quando aplicável).

### **Metodologias de formação e de avaliação**

Em concordância com os objetivos pedagógicos dos diferentes conteúdos, as metodologias a utilizar serão de carácter expositivo, demonstrativo e activo através da exposição concetual e prática de saberes, experiências e realidades, com recurso a casos práticos para melhor apreensão dos conteúdos.

### **Avaliação da Formação**

A avaliação dos participantes da formação consiste numa avaliação de aprendizagens ao nível formativo e sumativo, no sentido de determinar em que medida os participantes adquiriram ou desenvolveram os saberes que lhes permitem concretizar os objectivos pré-definidos, tanto ao longo da intervenção

formativa, como na conclusão da mesma.

**Ponderações instituídas pelo CSST:**

Trabalho de carácter prático associado aos elementos requeridos aquando da certificação de entidades formadoras (60%)

Avaliação das aprendizagens formativas com base na participação e exercícios propostos ao longo da formação (40%)

A nota final da acção de formação deverá ser expressa tendo em conta os dois elementos acima citados, onde obtém aproveitamento o formando que obtiver a nota mínima de dez valores.

# **ANEXOS**

## **Formação Externa**

**Módulo:** Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho

**Sessão nº 01**



De 12 a 22 de Julho de 2016

Horário: 13:30 às 15:30

**Lista de presenças**


Nº	NOME	EMPRESA	Nº DO BI	EMAIL
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

**Sumário**

--

O formador

\_\_\_\_\_

 <b>CSST</b> CENTRO DE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO	<b>QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DO WORKSHOP</b>	
	Formação Sobre: Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho <b>Local:</b> CSST-VIANA	<b>Data:</b> 22.07.2016

<i>Significado da cotação a atribuir:</i> <b>4 = Muito Bom; 3 = Bom 2 = Suficiente ; 1 = Insuficiente</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
--	----------	----------	----------	----------

<b>1. Estrutura e conteúdo da Formação</b>
--

Interesse do tema				
Utilidade das matérias				
Desenvolvimento das matérias				
Adequação das matérias aos objectivos definidos				
Duração da acção				
Equilíbrio teoria / prática				

<b>2. Formador</b>
--------------------

Capacidade de comunicação e transmissão de conhecimentos				
Domínio dos conteúdos programáticos				
Explicação com exemplos práticos/reais				
Adequação dos métodos pedagógicos				
Relacionamento formador / participantes				
Dinâmica gerada no grupo				

<b>3. Recursos materiais pedagógicos</b>
--

Condições de trabalho / instalações				
Documentação distribuída				
Materiais e equipamentos utilizados				

<b>4. Organização</b>
-----------------------

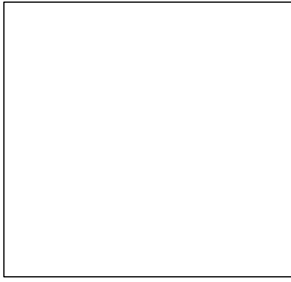
Cumprimento de horários formador / participantes				
Apoio logístico				

<b>5. Apreciação global da formação</b>
---

Satisfação das expectativas individuais				
Utilidade prática dos temas				

<b>6. Estaria interessado (a) em frequentar outras formações?</b>
---

<b>SIM</b>	<b>NÃO</b>
Em caso afirmativo, indique os temas / áreas:	



## Identificação do Formando

**Nome:** ..... Sexo ( )

Data de Nascimento...../...../..... Estado civil: ..... BI nº.....

Emitido aos...../...../.....Arquivo de Identificação .....Naturalidade:.....

Bairro:.....Cidade:.....Tel. ....Tel. alternativo .....

Nacionalidade:.....Endereço..... Email.....

### Formação Acadêmica

Mestrado ( ) Instituição de ensino.....

Licenciatura ( ) Instituição de ensino.....

Ensino médio ( ) Instituição de ensino.....

### Situação funcional

Empresa : .....

Função:.....

Local de Trabalho : .....

Bairro:.....Nº.....Tel:.....

Curso pretendido.....

**Assinatura do Candidato**

\_\_\_\_\_

**Assinatura do responsável**

\_\_\_\_\_

