



Planificação a Médio Prazo CEF Restauração e Bar

Ano letivo 2017-2018

Disciplina: Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

30 horas (40 tempos letivos de 45 minutos)

MÓDULO 3	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	COMPETÊNCIAS VISADAS	TEMPOS PREVISTOS	ESTRATÉGIAS/ATIVIDADES
<p>Introdução à Higiene, Segurança e Saúde no Trabalho II</p> <p>1. Noções de Higiene, Segurança e Saúde no Trabalho 4 Tempos (3 horas)</p> <p>1.1 O trabalho.</p> <p>1.2 A saúde.</p> <p>1.3 O trabalho e a saúde:</p> <ul style="list-style-type: none"> • acidentes de trabalho; • doenças profissionais; • doenças relacionadas com o trabalho; • estatísticas de acidentes de trabalho e doenças profissionais em Portugal. <p>1.4 Os jovens e a Higiene, Segurança e Saúde no Trabalho</p> <ul style="list-style-type: none"> • Os jovens e os acidentes de trabalho. • A missão da Organização Internacional do 	<ul style="list-style-type: none"> • Motivar para a importância da Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho como fator de promoção da qualidade de vida e de trabalho. • Entender a relação entre trabalho e saúde à luz dos conceitos de acidente de trabalho e de doença profissional. • Promover a consciencialização para a existência de riscos nos locais de trabalho tendo em atenção as 	<p>O aluno no fim deste módulo será capaz de:</p> <ul style="list-style-type: none"> • caracterizar situações/ocorrências de acidentes de trabalho e de doenças profissionais (forma de acidente, agente material envolvido, tipo de lesão, causas identificáveis); • conhecer a missão da Organização Internacional do Trabalho e o regime de proteção ao grupo específico dos trabalhadores jovens; • conhecer os principais fatores de risco, ao nível de: 	4	<ul style="list-style-type: none"> • consulta e leitura de notícias sobre acidentes de Trabalho, procurando caracterizá-los (forma de acidente, agente material envolvido, tipo de lesão, causas identificáveis); com esta atividade pretende-se que os alunos constatem a atualidade e a importância deste tipo de ocorrências; • utilização de estatísticas de acidentes de Trabalho e doenças profissionais para inferirem distribuições dos mesmos por categorias, de acordo com os dados disponíveis (grupos etários, localização geográficas, sectores de atividade, partes do corpo afetadas, etc.); • identificação de potenciais situações perigosas num local de Trabalho - perigo de queda de pessoas ao mesmo nível, perigo de queda de objetos em altura, dificuldade de

MÓDULO 3	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	COMPETÊNCIAS VISADAS	TEMPOS PREVISTOS	ESTRATÉGIAS/ATIVIDADES
<p>Trabalho.</p> <p>2 . Riscos profissionais 20 Tempos (15 horas)</p> <p>2.1. Fatores de riscos associados a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • locais e postos de trabalho • máquinas e equipamentos de trabalho; • eletricidade; • incêndio e explosão; • ruído: causas, efeitos e prevenção; • iluminação nos locais de trabalho; • ambiente térmico: proteção contra o calor e o frio; • substâncias químicas perigosas. <p>2.2. Adaptação do trabalho ao Homem - ergonomia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestos e posturas. • Movimentação manual de cargas. • Ecrãs de visualização. <p>2.3. O stress no trabalho</p>	<p>especificidades psico-comportamentais dos trabalhadores jovens;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promover a aquisição de competências tendentes à identificação dos principais riscos associados aos ambientes de trabalho. • Fomentar comportamentos seguros no domínio da Segurança, Higiene e Saúde do Trabalho. 	<p>o Locais de trabalho;</p> <p>o Máquinas e equipamentos de trabalho;</p> <p>o Utilização da energia elétrica;</p> <p>o Riscos de incêndio e explosão.</p> <p>o Substâncias químicas perigosas;</p> <p>o Ruído,</p> <p>o Ambiente térmico (calor e frio);</p> <p>o Posturas e sobre-esforços (trabalho com ecrãs de visualização e movimentação manual de cargas)</p> <p>o Stress no Trabalho.</p>	<p>20</p>	<p>evacuação em situações de perigo, dificuldade de acesso a equipamentos de combate a incêndios e a equipamentos de prestação de primeiros socorros, contacto com substâncias perigosas, postos de Trabalho com ecrãs de visualização mal projetados, instalações onde se efetuam movimentação manual de materiais, etc.;</p> <ul style="list-style-type: none"> • identificação e caracterização de protetores que restrinjam o acesso de partes do corpo aos pontos perigosos de máquinas - “varinha mágica”, “fiambreira”, engenhos de furar, serras de fita e serras circulares, guilhotinas, fresadoras, esmeriladoras, etc. • identificação de dispositivos de segurança inseridos nos comandos da máquinas - comando bi-manual (faca elétrica), detetores de presença/células fotoelétrica (elevadores), etc.; • identificação de situações de trabalho usuais e as respetivas manifestações de desconforto térmico (sudação em função da temperatura, humidade, esforço físico envolvidos, tiritar em ambientes frios); • consulta de uma escala de níveis de iluminação recomendados para tipos de utilização de locais e/ou tipos de tarefas

MÓDULO 3	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	COMPETÊNCIAS VISADAS	TEMPOS PREVISTOS	ESTRATÉGIAS/ATIVIDADES
				<p>desenvolvidas;</p> <ul style="list-style-type: none"> • construção de uma escala de níveis de ruído com exemplos reais enfatizando as situações perigosas - ambiente administrativo, tráfego urbano, discoteca, martelo pneumático, pista de aeroporto, etc.; • identificação de produtos perigosos classificando-os por categorias de perigo com conhecimento do respetivo símbolo de perigo - inflamáveis (álcool etílico, gasolina), tóxicas (monóxido de carbono, creolina), irritantes (lixívia, amoníaco), corrosivas (ácido sulfúrico das baterias, soda cáustica), nocivas (solventes, decapantes), etc.; • consulta e leitura de documentos informativos sobre o stress nos locais de trabalho. <p>Fichas de trabalho; Fichas formativas e sumativas; trabalhos de pesquisa (individuais e/ou em grupo) Exercícios de aplicação</p>

MÓDULO 4	OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM	COMPETÊNCIAS VISADAS	TEMPOS PREVISTOS	ESTRATÉGIAS/ATIVIDADES
		segurança e emergência; <ul style="list-style-type: none"> • participar na aplicação de planos de emergência, nomeadamente nos procedimentos estabelecidos para as ações de combate a incêndios, evacuação e de primeiros socorros; • conhecer os principais direitos e obrigações dos trabalhadores e empregadores face à prevenção; • enunciar as principais causas e consequências dos acidentes de trabalho e das doenças profissionais ao nível das operações e tarefas da qualificação profissional visada; • conhecer os riscos associados à qualificação profissional visada e a sua prevenção. 		sobre a sinalização utilizada bem como as regras de evacuação; <ul style="list-style-type: none"> • direitos e obrigações dos trabalhadores e empregadores face à prevenção; • medidas de prevenção de riscos profissionais nas atividades associadas à qualificação profissional visada - prevenção de riscos químicos nos cursos da área/família da química, prevenção de riscos associados aos trabalhos de soldadura nos cursos da área/família da metalomecânica, prevenção de doenças do aparelho respiratório nos cursos da área/família da indústria da fileira da madeira (carpintaria, marcenaria.), doenças músculo-esqueléticas de índole postural e de esforços repetitivos pela utilização de ratos e teclados em cursos da área administrativa e das tecnologias da informação e comunicação, etc. Fichas de trabalho; Fichas formativas e sumativas; trabalhos de pesquisa (individuais e/ou em grupo) Exercícios de aplicação

Nota: Esta planificação poderá sofrer alterações/ajustamentos, de acordo com as necessidades específicas de cada turma, sempre que o professor o considere pertinente e de acordo com os calendários letivo e civil.