

PACK DE SEGURANÇA + CONSTRUÇÃO CIVIL

MÓDULO SEGURANÇA

1. SOCORRISMO

Duração: 7 Horas

 Presencial



Objetivos do curso:

Aprender a aplicar técnicas eficazes de primeiros socorros, tendo por base as recomendações do Conselho Português de Ressuscitação (CPR), para os procedimentos em Suporte Básico de Vida (SBV).

A quem se destina:

Todos os colaboradores com responsabilidades em equipas de resgate e salvamento, ou que possam dar apoio em caso de necessidade de prestação de primeiros socorros.

Benefícios Práticos:

01. Examinar a vítima e proceder aos procedimentos de estabilização;
02. Aplicar os procedimentos de Suporte Básico de Vida (SBV);
03. Realizar a sequência das ações de Posição Lateral de Segurança;
04. Aplicar os procedimentos perante situações especiais, tais como: Enfarte Agudo do Miocárdio; Acidente Vascular Cerebral; Hemorragias; Alterações de glicemia; Queimaduras; Convulsões.

Conteúdos Programáticos:

01. Sistema Integrado de Emergência Médica (SIEM);
02. Riscos para o Socorrista;
03. Exame à Vítima;
3.1. Exame primário;
3.2. Exame secundário;
04. Obstrução de via aérea por corpo estranho;
05. Suporte Básico de Vida (SBV);
5.1. Avaliação inicial;
5.2. Manutenção da via aérea;
5.3. Ventilação eficaz;
06. Compressões torácicas;
07. Posição Lateral de Segurança (PLS);
08. Situações especiais: Enfarte Agudo do Miocárdio (EAM), Acidente Vascular Cerebral (AVC), Convulsão, Alterações de glicemia, Hemorragias, Queimaduras.

2. SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS

Duração: 7 Horas

 Presencial



Objetivos do curso:

Caracterizar o fenómeno fogo e reconhecer os princípios de intervenção em caso de emergência contra incêndios.

A quem se destina:

Colaboradores que façam parte de equipas de primeira intervenção no âmbito do ponto 3 do art. 20 da lei 102/109, de 10 de setembro, alterada e republicada pela lei 3/2014, de 28 de janeiro, ou que possam ter necessidade de utilizar meios de primeira intervenção no combate a incêndios.

Benefícios Práticos:

01. Analisar o comportamento do fogo e as formas de propagação;
02. Selecionar os equipamentos de extinção do fogo, mais eficientes em função do tipo de combustível;
03. Sensibilizar trabalhadores para adoção de comportamentos seguros que evitem incêndios;
04. Reduzir os riscos de incêndio;
05. Salvar a integridade física dos trabalhadores;
06. Salvar a integridade das instalações e postos de trabalho;
07. Preparar colaboradores para a extinção de fogo;
08. Manusear os diferentes meios de extinção: extintores, carretel e manta ignífuga;
09. Adotar comportamentos adequados para emergências.

Conteúdos Programáticos:

01. Conceitos básicos e enquadramento legal de segurança contra incêndios;
02. O fogo: componentes; classes; temperaturas de referência; limites de inflamabilidade; fontes de ignição; formas de propagação; produtos do fogo;
03. Combate de Incêndio: formas de extinção; agentes extintores; utilização de meios de 1ª intervenção; outros sistemas de alarme; deteção e extinção; atuação em caso de incêndio; medidas preventivas de Sinalização de Segurança.

3. EVACUAÇÃO DE INSTALAÇÕES

Duração: 7 Horas

 Presencial

Objetivos do curso:

Sensibilizar formandos para noções básicas de atuação numa emergência (incêndio, inundação, sismo, fuga e derrame de substâncias perigosas, entre outras situações) e correta atuação na evacuação dos colaboradores da empresa.

A quem se destina:

Todos os colaboradores com responsabilidades em equipas de resgate e salvamento, ou que possam dar apoio em caso de necessidade de prestação de primeiros socorros.

Benefícios Práticos:

Preparar os colaboradores com conhecimentos das noções básicas de atuação numa emergência (incêndio, inundação, sismo, fuga e derrame de substâncias perigosas, entre outras situações) e correta atuação na evacuação dos colaboradores da empresa.

Conteúdos Programáticos:

01. Conceitos básicos de segurança e emergência;
02. Situações de emergência;
03. Organização da segurança;
04. Medidas de autoproteção;
05. Procedimentos para evacuação.

MÓDULO DE CONSTRUÇÃO CIVIL

1. MOVIMENTAÇÃO MECÂNICA E MANUAL DE CARGAS

Duração: 7 Horas

 Presencial  Vídeo Conferência

Objetivos do curso:

Sensibilizar para o cumprimento das principais regras de segurança a considerar na movimentação mecânica e manual de cargas, para promoção da Segurança e Saúde no trabalho e evitar acidentes de trabalho e doenças profissionais.

A quem se destina:

Todos os colaboradores, de acordo com o ponto 1 do art. 20º da Lei Nº102/2009, de 10 de setembro alterada pela Lei N.º 3/2014, de 28 de janeiro.

Benefícios Práticos:

01. Identificar os requisitos legais das atividades de Movimentação Manual e Mecânica de Cargas;
02. Reduzir acidentes associados;
03. Reduzir os níveis de desgaste do organismo;
04. Reduzir os custos associados ao absentismo provocado pelos acidentes e doenças profissionais;
05. Promover uma cultura de Segurança.

Conteúdos Programáticos:

01. Enquadramento Legal;
02. Princípios gerais de SST;
03. Procedimentos de Segurança na Movimentação Manual de Cargas;
04. Procedimentos de Segurança na Movimentação Mecânica de Cargas;
05. Medidas Preventivas.

2. OPERAÇÃO SEGURA DE MÁQUINAS E EQUIPAMENTOS – DIRETIVA MÁQUINAS

Duração: 7 Horas

 Presencial  Vídeo Conferência

Objetivos do curso:

Dotar os formandos de conhecimentos sólidos na utilização segura de Máquinas e Equipamentos.

A quem se destina:

Técnicos responsáveis pela aquisição, utilização e manutenção de equipamentos.

Benefícios Práticos

01. Analisar os requisitos legais aplicáveis;
02. Analisar os procedimentos a implementar e procedimentos em segurança;
03. Aumentar a vida útil das máquinas e equipamentos, via manutenções preventivas e corretivas;
04. Reduzir o número de Acidentes de Trabalho;
05. Garantir a segurança dos trabalhadores.

Conteúdos Programáticos:

01. Introdução às diretivas comunitárias;
02. Diretiva Máquinas;
03. Marcação CE;
04. Diretiva Equipamentos de Trabalho;
05. Identificação de Perigos e de Riscos;
06. Medidas Preventivas;
07. Elaboração de Listas de Verificação.