

# IX JORNADAS

Técnicas de Segurança no Trabalho  
da ESCOLA PROFISSIONAL DE AVEIRO

Auditório do Centro de  
Negócios do EcoParque  
Empresarial de Estarreja | 25 e 26  
de Maio

A Saúde Ocupacional como factor essencial de  
Prevenção



Campanha 2017/18:  
Locais de trabalho Saudáveis para todas as idades

# Trabalho

“Não é o trabalho, mas o saber trabalhar, que é o segredo do êxito no trabalho. Saber trabalhar quer dizer: não fazer um esforço inútil, persistir no esforço até ao fim e saber reconstruir uma orientação quando se verificou que ela era, ou se tornou, errada.”

Fernando Pessoa

Auditório do Centro de  
Negócios do EcoParque  
Empresarial de Estarreja | 25 e 26  
de Maio



Por EU-OSHA



Campanha 2017/18:  
Locais de trabalho Saudáveis para todas as idades

# Competitividade - Produtividade

Auditório do Centro de  
Negócios do EcoParque  
Empresarial de Estarreja | **25 e 26**  
de Maio



# Competitividade - Produtividade

Audatório do Centro de  
Negócios do EcoParque  
Empresarial de Estarreja | **25 e 26**  
de Maio



# O que motiva os trabalhadores

Audatório do Centro de Negócios do EcoParque Empresarial de Estarreja | 25 e 26 de Maio



Equilíbrio na vida pessoal

Respeito

Intuição

Ouvir os outros

Empatia



Sucesso

Novas iniciativas

Prazos

Saber a verdade

Atingir objectivos

# Curva de Bradley

- Curva de Bradley, desenvolvida pela empresa Dupont, é uma ferramenta que auxilia e simplifica o trabalho no entendimento das mudanças de atitude e acção que devem ocorrer ao longo do tempo para desenvolver uma cultura de segurança madura nas empresas, através da conscientização e pró-actividade dos trabalhadores.

Auditório do Centro de  
Negócios do EcoParque  
Empresarial de Estarreja | 25 e 26  
de Maio



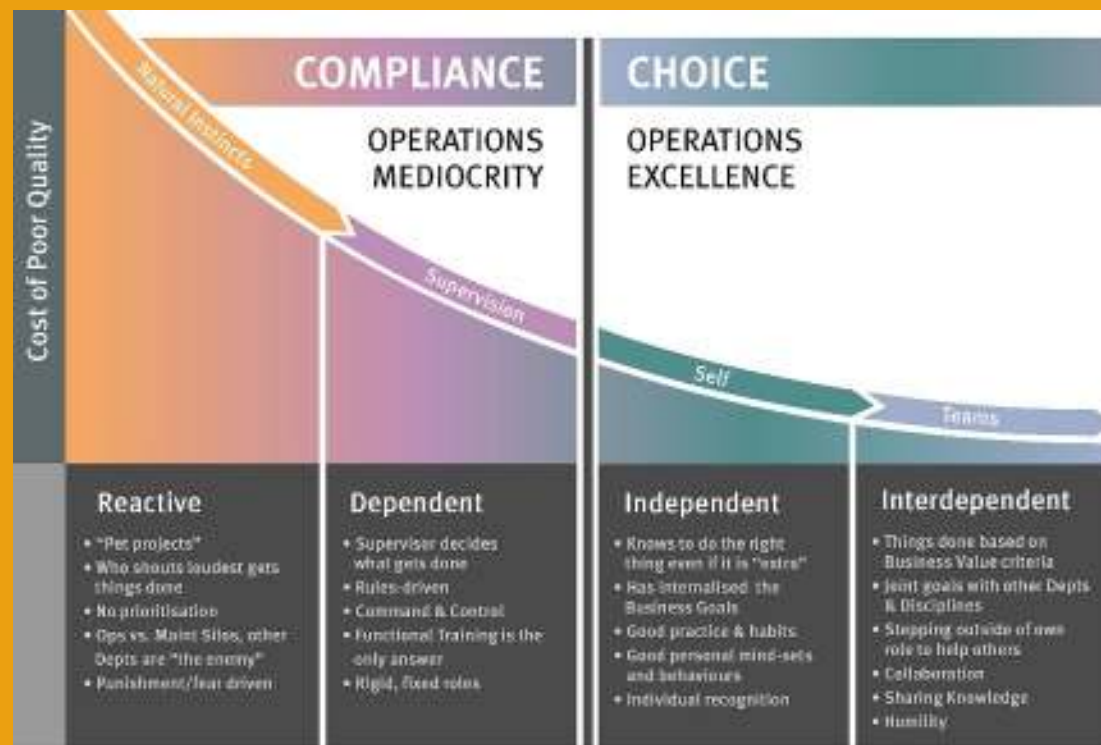
Por EU-OSHA



Campanha 2017/18:  
Locais de trabalho Saudáveis para todas as idades

# Curva de Bradley

Auditório do Centro de Negócios do EcoParque Empresarial de Estarreja | 25 e 26 de Maio



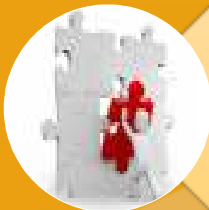
# Segurança - Saúde



Nível estratégico



Nível organizativo



Nível operacional

Auditório do Centro de  
Negócios do EcoParque  
Empresarial de Estarreja | 25 e 26  
de Maio





# Prevenção – que oportunidades temos com a saúde

Auditório do Centro de Negócios do EcoParque Empresarial de Estarreja | **25 e 26 de Maio**



## Segurança do Trabalho



**Prevenção de acidentes de trabalho**

## Higiene do Trabalho



**Prevenção de doenças profissionais**

## Saúde do Trabalho



**Vigilância médica**

Prevenção

A acção de evitar ou diminuir os riscos profissionais

# Medicina do Trabalho

Auditório do Centro de  
Negócios do EcoParque  
Empresarial de Estarreja | 25  
de



- Conceber e implementar programas de promoção de saúde nos locais de trabalho.
- Participar na formação e sensibilização dos trabalhadores.
- Conhecer os postos de trabalho.
- A avaliação do estado de saúde permite responder às seguintes perguntas:
  - Quem apresenta alterações?
  - Em que lugar da empresa?
  - Quando aparecem ou aparecerão?

# Técnicas da Medicina do Trabalho

Auditório do Centro de Negócios do EcoParque Empresarial de Estarreja | **25 e 26 de Maio**



SAÚDE	DOENÇA	
Evitar a doença	Intervir na evolução natural da doença	
PREVENÇÃO PRIMÁRIA	PREVENÇÃO SECUNDÁRIA	PREVENÇÃO TERCIÁRIA
VACINAS EDUCAÇÃO SANITÁRIA VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA	VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA REVISÕES MÉDICAS	REVISÕES MÉDICAS <b>Melhorar a qualidade e esperança de vida</b>

# Promoção da saúde no local de trabalho

- Implementação de programas de:
  - Ginástica laboral.
  - Educação física, orientada por professores, em horário pós-laboral.
  - Yoga e Reiki.



- Ações de sensibilização na semana da saúde:
  - Educação alimentar.
  - Higiene do sono.
  - Patologia músculo-esquelética do membro superior.
- Criação de folhetos informativos:
  - Ruído
  - Síndrome metabólico.



Auditório do Centro de Negócios do EcoParque Empresarial de Estarreja | 25 e 26 de Maio

