



Direção Regional do Trabalho e da Ação Inspetiva

SERVIÇO DE SEGURANÇA E SAÚDE OCUPACIONAL

Semana Europeia para a Segurança e a Saúde no Trabalho: vamos trabalhar em conjunto para a gestão do stresse!

Chegamos ao fim de mais uma campanha promovida pela Agência Europeia para a Saúde e a Segurança no Trabalho (EU-OSHA) sobre o tema: “Locais de trabalho seguros e saudáveis contribuem para a gestão do stresse”. A Semana Europeia realizou-se entre 20 e 24 de outubro, com a execução de vários eventos em toda a Europa de modo a assinalar a ocasião e chamar a atenção para a questão do stresse e dos riscos psicossociais no local de trabalho.

Uma sondagem promovida pela EU-OSHA revelou que, 51% dos trabalhadores consideram habitual o stresse relacionado com o trabalho no seu local de trabalho e que cada 4 em 10 trabalhadores consideram que o stresse não é corretamente abordado no seu trabalho, daí o objetivo desta campanha promovida desde 2014 até ao presente, de alertar os empregadores e os trabalhadores para a gestão e prevenção com êxito do stresse relacionado com o trabalho e os riscos psicossociais. A campanha lançou o convite à participação de todas as organizações e pessoas individuais a lidar com os riscos psicossociais da mesma forma com que se enfrenta qualquer outro risco em matéria de segurança e saúde no trabalho.

A campanha “Gestão do Stresse nos Locais de Trabalho” teve uma duração de dois anos, e envolveu várias organizações de toda a Europa, tendo-se realizado um variado leque de atividades, como por exemplo, sessões de formação, conferências e workshops, filmes e fotografias, conferências de imprensa, entre outras. Um dos pontos altos desta campanha foi a cerimónia de entrega dos Prémios de Boas Práticas em Locais de Trabalho Seguros e Saudáveis, com o intuito de evidenciar as empresas ou organizações que gerem o stresse e os riscos psicossociais no trabalho de forma ativa, promovendo a partilha de boas práticas.

Nesta perspetiva, a Campanha Locais de Trabalho Seguros e Saudáveis 2014-2015 teve os seguintes objetivos essenciais:

- Melhorar a compreensão e aumentar a sensibilização para o problema crescente do stresse e dos riscos psicossociais relacionados com o trabalho;
- Fornecer ferramentas e orientações simples e práticas, e promover a sua utilização na gestão dos riscos psicossociais e do stresse no local de trabalho;
- Salientar os efeitos positivos da gestão dos riscos psicossociais e do stresse no local de trabalho, nomeadamente do ponto de vista económico.

Nesta edição:

Semana Europeia para a Segurança e a Saúde no Trabalho	1
Acidentes de trabalho e Espaço “Opinião”	2
Tema: Setor da Hotelaria	3-6
Legislação	7

Acidentes de trabalho - Direitos e obrigações do sinistrado e dos responsáveis

O artigo 117.º da Lei n.º 98/2009, de 4 de setembro, que regulamenta o regime de reparação de acidentes de trabalho e de doenças profissionais, incluindo a reabilitação e reintegração profissionais, nos termos do artigo 284.º do Código do Trabalho, recomenda que as empresas devem afixar, nos respetivos estabelecimentos e em lugar visível, as disposições do Código do Trabalho e da Lei n.º 98/2009, referentes aos direitos e obrigações do sinistrado e dos responsáveis. Para apoiar as empresas na disponibilização de documento que apresente os direitos e obrigações do sinistrado e dos responsáveis, a Direção Regional do Trabalho e da Ação Inspetiva disponibiliza no seu site um folheto com as respetivas informações. Poderá aceder ao documento a partir do seguinte link:

http://srrh.gov-madeira.pt/Portals/5/HigieneSeguran%C3%A7a/CAPS/Inform%20-%20Acid_Trabalho%202015.pdf

Espaço de Opinião: SST de todos!

Com a publicação deste boletim informativo pretendemos sensibilizar toda a sociedade, particularmente as entidades empregadoras, os trabalhadores, os parceiros sociais e claramente os técnicos e técnicos superiores de segurança no trabalho, para o quanto é importante promover a qualidade da prestação do trabalho, em condições de segurança e de saúde.

Tendo em conta que este é um trabalho de todos aqueles que se envolvem nesta causa, abrimos um espaço de participação para os que queiram partilhar ideias, estudos, imagens, etc., na área da segurança e da saúde no trabalho, de modo a podermos partilhar as vossas experiências e conhecimentos nesta área. Qualquer assunto deverá ser enviado para o email: higieneseguranca.dirtra.sre@gov-madeira.pt.

Desde já agradecemos a vossa colaboração!

**Flash
Riscos****SETOR DA HOTELARIA**

A **hotelaria** é um setor de grande importância económica para a Região Autónoma da Madeira, mas é um setor que enfrenta vários desafios no âmbito da competição turística global, de modo a apresentar uma elevada qualidade a preços competitivos aos seus potenciais clientes. Daí que, a redução de custos por vezes seja sobre as condições de trabalho e dos próprios trabalhadores do setor. Contudo, a qualidade do serviço só é possível com a criação de condições de segurança e saúde no trabalho, nomeadamente a valorização do fator humano, a formação e informação, e a segurança e saúde.

É um setor que apresenta riscos que, não sendo eliminados ou controlados, podem ter consequências para as empresas e para os trabalhadores, traduzindo-se em doenças profissionais ou em acidentes de trabalho. Em matéria de segurança e saúde no trabalho, o setor da hotelaria é regulamentado pelo Decreto-Lei n.º 243/86, de 20 de agosto, que aprova o Regulamento Geral de Higiene e Segurança do Trabalho nos Estabelecimentos Comerciais, de Escritório e Serviços, pelo Código do Trabalho e toda a legislação relativa ao domínio da segurança e saúde no trabalho.

A hotelaria é uma atividade que apresenta riscos nos mais diversos locais de trabalho, pelo que identificamos alguns dos riscos mais frequentes:

- Riscos provenientes do meio envolvente ao posto de trabalho;
- Riscos provenientes de produtos manuseados;
- Riscos provenientes da ação do trabalhador;
- Riscos psicossociais.

Riscos provenientes do meio envolvente ao posto de trabalho

Os riscos provenientes do meio envolvente ao posto de trabalho podem ser divididos em:

- **Iluminação**

Uma correta iluminação nos locais de trabalho permite a criação de boas condições de trabalho, refletindo-se num aumento da produtividade, da motivação e no bom desempenho das funções pelos trabalhadores. De forma a garantir a qualidade da iluminação, é importante que esta seja adequada ao tipo de atividade a desenvolver, que as lâmpadas sejam distribuídas corretamente e que seja efetuada uma boa manutenção.

- **Ventilação**

Um espaço de trabalho bem ventilado faz com que os trabalhadores se sintam com menor fadiga e mal estar, proporcionando um aumento da produtividade.

**Flash
Riscos****SETOR DA HOTELARIA**

- Espaço físico

O espaço físico é um fator importante para o desenvolvimento normal da atividade, pois o espaço livre disponível para a movimentação dos trabalhadores, evita o choque com os objetos constituintes das próprias instalações ou irregularmente distribuídos.

- Ruído

O ruído nesta atividade não apresenta uma significativa agressividade auditiva, contudo, nas cozinhas poderá existir ruído, traduzindo-se em fadiga, irritabilidade, insônia, entre outras alterações nos trabalhadores expostos. O controlo do ruído poderá ser feito através da adoção de medidas que eliminem ou reduzam a emissão do ruído, nomeadamente a aquisição de equipamentos menos ruidosos, rotação do pessoal exposto ao ruído, isolamento das máquinas, realização de trabalhos ruidosos em alturas em que há menos trabalhadores, entre outras.

- Riscos térmicos

Os riscos térmicos associam-se a variações de temperatura e de humidade do local de trabalho, que podem provocar alterações fisiológicas no corpo humano. O ser humano necessita manter uma temperatura interna estável de cerca de 37°C, pelo que o ambiente térmico dos locais de trabalho não pode apresentar uma grande flutuação de temperatura.

- Riscos de incêndio e explosão

A prevenção dos riscos de incêndio e explosão passa essencialmente pela aplicação do Decreto-Lei n.º 220/2008, de 12 de novembro, alterado pelo Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 outubro, que estabelece o regime jurídico da segurança contra incêndios em edifícios.

- Máquinas e ferramentas

O perigo da utilização das máquinas e equipamentos provem do uso incorreto do manuseamento, ou da incorreta instalação destes. Para minimizar os acidentes que resultam na utilização das máquinas é importante garantir a formação adequada dos trabalhadores que as manuseiam e a colocação de sinalética adequada.

- Movimentação e transporte manual de cargas

No setor de hotelaria são diariamente movimentados objetos volumosos e pesados, que mal transportados, podem provocar danos físicos em quem os movimenta, provocando algumas vezes quedas, choques e lesões musculoesqueléticas que resultam de sobre esforço ou movimentos incorretos.

Na elevação e no transporte manual de cargas devem ser ponderados os seguintes fatores:

1. A idade do trabalhador;
2. A condição física do trabalhador;

**Flash
Riscos****SETOR DA HOTELARIA**

3. O sexo do trabalhador
4. As características da carga: peso, volume e forma;
5. O tipo e extensão do percurso

- **Riscos elétricos.**

A introdução de novas máquinas ou a alteração nos dispositivos do equipamento elétrico é muito frequente, utilizando múltiplas adaptações elétricas, como extensões, triplas, com risco de sobrecarga elétrica. A utilização descuidada de equipamento elétrico em más condições de isolamento, bem como a limpeza incorreta das instalações elétricas e a falta de manutenção adequada são as principais causas dos choques elétricos.

Riscos provenientes de produtos manuseados

Quanto aos riscos provenientes do manuseamento de produtos distinguimos:

- **Riscos químicos**

Os riscos químicos, neste setor de atividade, relacionam-se principalmente com a manipulação de substâncias químicas, quer no estado puro, quer na forma de misturas. Este risco surge com mais frequência em trabalhadores de copas, limpezas e lavandarias, que manuseiam produtos de limpeza e desinfecção, que devido às suas características podem apresentar determinados perigos para os trabalhadores ou para o meio ambiente.

- **Riscos biológicos**

Os riscos biológicos podem ser provenientes dos alimentos (carnes, peixes, etc.), como também do nosso organismo, daí a necessidade de formar e informar os trabalhadores que lidam com as roupas, e os que estão responsáveis pela limpeza e higienização das instalações sanitárias, dando conhecimento dos procedimentos a adotar de modo a minimizar os riscos de contrair uma doença no local de trabalho.

É igualmente importante garantir a qualidade do ar interior, pois está depende de vários fatores, como a ventilação, a humidade, a temperatura e a qualidade dos materiais de construção e suas características.

Se a qualidade do ar não for garantida poderá provocar alguns problemas de saúde nos trabalhadores, que vão desde irritação nos olhos, nariz e garganta, dores de cabeça, cansaço, entre outros.

A existência de aparelhos de ar condicionado exige uma manutenção frequente, incluindo a limpeza dos filtros e das condutas, pois a falta de manutenção periódica leva ao aparecimento da bactéria *Legionella*, que se tornou conhecida através da doença que provoca, a Doença do Legionário.

**Flash
Riscos****SETOR DA HOTELARIA****Riscos provenientes da ação do trabalhador**

Mesmo possuindo boas condições de trabalho o acidente pode ocorrer, pois há que considerar o fator humano.

As falhas humanas podem dever-se a:

- a) Ignorância e inexperiência;
- b) Desrespeito pelas regras de segurança;
- c) Desatenção/distração;
- d) Fadiga.

As falhas humanas podem ser minimizadas através de medidas que vão desde a formação adequada às funções, boa organização dos serviços, utilização de proteção individual apropriada à tarefa, entre outras.

Riscos psicossociais

Os fatores psicossociais do trabalho estão relacionadas com questões inerentes ao trabalhador e com fatores da própria empresa. Assim, o conteúdo do trabalho, a sua carga física e mental e as condições de organização e do ambiente em que é desenvolvido constituem fatores psicossociais atribuídos à empresa.

Fatores psicossociais do trabalho

- Tempo de trabalho - o dia de trabalho não é igual para todos os trabalhadores, quer em termos de duração, quer em termos de horário ou organização de turnos. Os trabalhadores que trabalham por turnos, desempenham as suas tarefas por vezes durante o dia, outras vezes durante a noite, provocando perturbações do sono, o que leva a um descanso insuficiente, traduzindo-se numa fadiga persistente. Também, o tempo de trabalho afeta os postos de trabalho cujas tarefas são monótonas e repetitivas, devendo ser dada atenção a estas, uma vez que necessitam de atribuição de pausas ou mudança de tarefa;
- Tarefa - as tarefas devem ser em função das características e das capacidades do trabalhador;
- Estrutura - a estabilidade contratual de cada trabalhador no posto de trabalho, e a participação do trabalhador na tomada de decisões relacionadas com a empresa, vai proporcionar uma relação de confiança entre o trabalhador e a empresa, conduzindo a um maior rendimento, ao aumento da produtividade e à redução de problemas de saúde.



Legislação

Decreto-Lei n.º 88/2015, de 28 de maio - Substâncias e misturas

Transpõe a Diretiva n.º 2014/27/UE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 26 de fevereiro de 2014, que altera as Diretivas n.ºs 92/58/CEE, 92/85/CEE, 94/33/CE, 98/24/CE do Conselho e a Diretiva n.º 2004/37/CE do Parlamento Europeu e do Conselho, a fim de as adaptar ao Regulamento (CE) n.º 1272/2008, relativo à classificação, rotulagem e embalagem de substâncias e misturas.

Procede à alteração do Decreto-Lei n.º 141/1995, de 14 de junho, da Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, do Decreto-Lei n.º 24/2012, de 6 de fevereiro e do Decreto-Lei n.º 301/2000, de 18 de novembro.

Lei n.º 40/2015, de 1 de junho - Atividade de construção

Estabelece a qualificação profissional exigível aos técnicos responsáveis pela elaboração e subscrição de projetos, coordenação de projetos, direção de obra pública ou particular, condução da execução dos trabalhos das diferentes especialidades nas obras particulares de classe 6 ou superior e de direção de fiscalização de obras públicas ou particulares, procedendo à primeira alteração à Lei n.º 31/2009, de 3 de julho que é republicada.

Lei n.º 41/2015, de 3 de junho - Atividade de construção

Estabelece o regime jurídico aplicável ao exercício da atividade da construção, em conformidade com o estabelecido no Decreto-Lei n.º 92/2010, de 26 de julho, que transpõe a Diretiva n.º 2006/123/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 12 de dezembro de 2006, relativa aos serviços no mercado interno.

Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 outubro - Regime jurídico da segurança contra incêndios em edifícios

Procede à primeira alteração ao Decreto-Lei n.º 220/2008, de 12 de novembro, que estabelece o regime jurídico da segurança contra incêndios em edifícios.

Informação

Sessão de Encerramento "Locais de trabalho saudáveis contribuem para a gestão do stresse"

No âmbito da Campanha Europeia 2014 - 2015 "Locais de trabalho saudáveis contribuem para a gestão do stresse", a Direção Regional do Trabalho e da Ação Inspeciva realiza no próximo dia 7 de dezembro de 2015 no Auditório da Secretaria Regional do Ambiente e Recursos Naturais, o seminário de Encerramento "Gestão do stresse e dos riscos psicossociais no trabalho". Participe!

Ficha Técnica

Edição e Propriedade

Direção Regional do Trabalho e da Ação Inspeciva

Rua João Gago, n.º 4

9000-071 Funchal

Telef. 291 214 780

Email: higieneseguranca.dirtra.sre@gov-madeira.pt

Facebook: <https://www.facebook.com/pages/Direção-Regional-do-Trabalho-Madeira/198656093603536?fref=ts>

Diretor

Rui Gonçalves da Silva

Coordenação e Redação

Serviço de Segurança e Saúde Ocupacional

Lídia Andrade

Valério Abreu

Graça Coelho

Distribuição

Gratuita