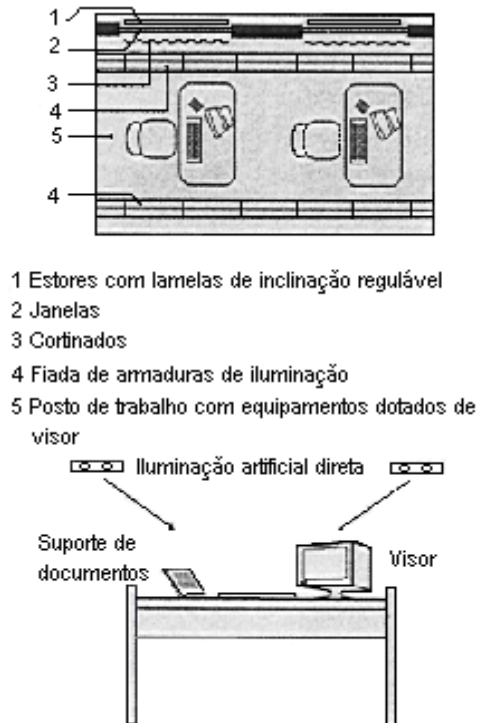


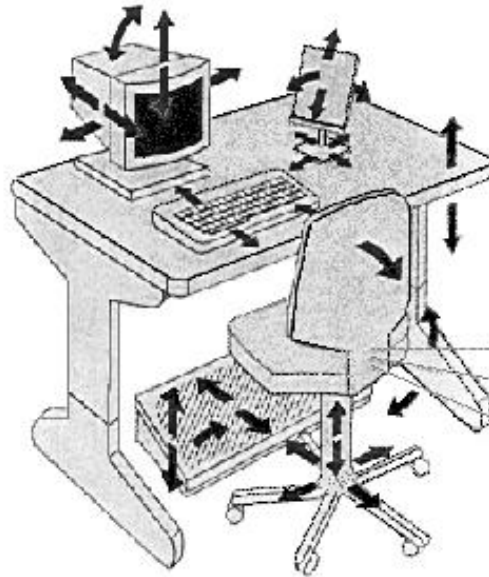
No trabalho com equipamentos dotados de visor, deve integrar-se a proteção da saúde dos trabalhadores.

➤ Implantação dos postos de trabalho



- ◇ Dimensão que permita mudanças de posição e movimentos de trabalho.
- ◇ Iluminação correta (intensidade suficiente, sem cintilação nem encandeamento).
- ◇ Instalação que evite reflexos encandentes diretos ou provenientes do visor.
- ◇ Respeito pelos limites estabelecidos para o ruído, temperatura, humidade, velocidade do ar e radiações.
- ◇ Janelas devem ter estores com lamelas de inclinação regulável que permitam atenuar a luz do dia.

➤ Conceção ergonómica do posto de trabalho



Visor

- ◇ Atendendo às condições ambientais, possibilitar a regulação da iluminância e do contraste entre os caracteres e o fundo.
- ◇ Orientação e inclinação reguláveis. Se necessário colocar o visor sobre suporte separado ou mesa regulável.

Teclado

- ◇ Inclinação regulável, dissociado do visor e possibilitando o apoio das mãos e dos braços do utilizador na mesa.
- ◇ Superfície baixa, evitando reflexos.

- ◇ As teclas devem possuir símbolos suficientemente contrastados, legíveis a partir da posição normal de trabalho e dispostos de forma a facilitar a sua utilização.

Suporte de documentos

- ◇ Estável e regulável, evitando movimentos desconfortáveis da cabeça e dos olhos.

Mesa

- ◇ Dimensões adequadas, de arestas boleadas e tampo baixo, permitindo uma disposição flexível do visor, do teclado, dos documentos e material acessório.

Cadeira

- ◇ Estável, altura regulável e espaldar regulável em altura e inclinação.

Software

- ◇ Adaptado à tarefa a executar.
- ◇ De fácil utilização e adequado aos conhecimentos do utilizador.
- ◇ Os programas devem apresentar informações sobre o seu funcionamento, num formato adequado e com um ritmo adaptado ao operador.
- ◇ Os operadores devem receber formação sobre os princípios ergonómicos aplicáveis.

☺ O empregador deve:

◆ Avaliar cuidadosamente as condições de segurança e saúde nos postos de trabalho, nomeadamente as que respeitam aos riscos para a visão, às afeções físicas e à tensão mental. Os riscos devem ser minimizados ou, se possível, suprimidos.

◆ Dar informação e formação aos trabalhadores, sobre tudo o que diga respeito às questões da segurança e saúde relativas ao posto de trabalho.

◆ Organizar a atividade do trabalhador de forma que o trabalho diário seja periodicamente interrompido por pausas ou mudanças de atividade.

◆ Os trabalhadores devem ser sujeitos a um exame médico adequado dos olhos e da visão, antes de ocuparem pela primeira vez um posto de trabalho dotado de visor. Este exame deve ser repetido periodicamente e quando os operadores apresentem perturbações visuais.

☺ O trabalhador deve:

◆ Zelar pela sua segurança e saúde ou de terceiros.

◆ Cumprir as prescrições de segurança, higiene e saúde no trabalho.

◆ Participar em formação adaptada ao seu trabalho. Esta deve ser retomada sempre que houver modificações na organização do trabalho.

◆ Participar qualquer avaria ou deficiência detetada no equipamento.

Legislação aplicável:

Lei n.º 7/2009, de 12 de fevereiro;
- Aprova a revisão do Código do Trabalho

Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro, alterada e republicada pela Lei n.º 3/2014, de 28 de janeiro
- Regime jurídico de promoção da segurança e saúde no trabalho

Decreto-Lei n.º 349/93, de 1 de outubro,
Portaria n.º 989/93, de 6 de outubro;
- Prescrições mínimas de segurança e saúde respeitantes ao trabalho com equipamentos dotados de visor

Para mais informações:

Direção Regional do Trabalho e da Ação Inspetiva
Serviço de Segurança e Saúde Ocupacional
Rua de João Gago, n.º 4
9000-071 Funchal

Telef.: 291 214 780

Fax: 291 231 455

higieneseguranca.dirtra.sre@gov-madeira.pt

6-setembro 15

SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

EQUIPAMENTOS DOTADOS DE VISOR



SECRETARIA REGIONAL DA
INCLUSÃO E ASSUNTOS SOCIAIS
Direção Regional do Trabalho e da Ação Inspetiva