



Formação Técnica de Formadores em Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

PROPOSTA DE MELHORIA DO PLANO CURRICULAR DO CURSO ELABORADO PELA UNILURIO



UNIÃO EUROPEIA

Ação financiada pela União Europeia.

Ação cofinanciada e gerida pelo Camões, I.P.



Índice

1. DESIGNAÇÃO DO PLANO CURRICULAR.....	2
2. INTRODUÇÃO.....	2
3. ÁREAS DE ATUAÇÃO.....	2
4. VISÃO	3
5. MISSÃO	3
6. METODOLOGIA DE DESENVOLVIMENTO DA FORMAÇÃO.....	3
7. OBJETIVOS GERAIS	4
8. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO	4
9. REQUISITOS DE ACESSO	4
10. INSTALAÇÕES E HORÁRIO	4
11. ORGANIZAÇÃO DO PLANO CURRICULAR DO CURSO	4
12. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS.....	5
13. RECURSOS.....	9
14. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	9
15. WEBGRAFIA	9

1. DESIGNAÇÃO DO PLANO CURRICULAR

Formação Técnica de Formadores em Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

2. INTRODUÇÃO

O continente africano, em geral, e Moçambique, em particular, desde o início do presente século, vive um momento de maior mecanização do trabalho do qual decorrerem riscos ocupacionais e ambientais, os quais tendem a ampliar-se, sendo cada vez mais reconhecidos os impactos negativos dos mesmos na saúde e segurança dos trabalhadores.

Deste modo, é fundamental que nas empresas nacionais e multinacionais, de média e pequena dimensão, que operam em Moçambique, se apliquem rigorosos padrões de segurança e saúde no trabalho, com vista a criar uma sólida cultura de segurança trabalhando os hábitos, criando regras e procedimentos a instituir nos locais de trabalho.

Assim, torna-se essencial a formação de profissionais que trabalhem na prevenção, controlo, redução e eliminação dos riscos profissionais com vista à promoção da saúde do trabalhador e à melhoria contínua das condições de trabalho. Estes profissionais devem ser formados de acordo com um nível reconhecido internacionalmente, estando aptos a apresentar as medidas necessárias, no que diz respeito às condições de saúde e segurança no trabalho oferecidas pelas empresas nos diferentes ramos de atividade e a implementar todas as propostas de melhoria necessárias.

Este contexto traz desafios às universidades moçambicanas e à UniLúrio, na zona norte, em particular, para formar profissionais capazes de se ajustarem às novas necessidades trazidas pela globalização da economia e dos investimentos em vários sectores de atividade económica a nível local, nacional e internacional.

Com o objetivo de dar resposta a esta necessidade, a Faculdade de Engenharia da Universidade Lúrio, introduziu a qualificação em Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho (SHST) com vista à melhoria de competências teórico-práticas dos participantes no curso, os quais a partir dos conhecimentos adquiridos estarão aptos a formar jovens desempregados e vítimas dos ataques na província de Cabo Delgado, de forma a dotá-los de ferramentas para que estes entrem no mercado de trabalho, através do Projecto + Emprego.

3. ÁREAS DE ATUAÇÃO

A área da Segurança e Saúde no trabalho, tem por principal objetivo desenvolver as atividades de prevenção e de proteção contra riscos profissionais. Os participantes do curso de Formação Técnica de Formadores de HSST, estarão aptos a transmitir conhecimentos e competências de forma a criar uma sólida cultura de segurança nos jovens a formar, salvaguardando desta forma a promoção da segurança e saúde dos trabalhadores, de acordo com o previsto na Constituição da República, na Lei do Trabalho e no Estatuto Geral dos Funcionários e Agentes do Estado, independentemente do sector de atividade.

Principais Áreas de Intervenção:

- Indústrias transformadoras;
- Manuseamento de Máquinas e Ferramentas;
- Agropecuárias e agro-indústrias;
- Sector de construção e manutenção de infra - estruturas;
- Mecanização e metalúrgicas;
- Projecto e fabrico de ferramentas e equipamentos;
- Extração e processamento mineiro e de recursos naturais;
- Instituições de ensino e pesquisa
- Serviços em consultórios e escritórios;
- Hotelaria e turismo;
- Supermercados;
- Farmácias;
- Serviços de saúde, incluindo unidades sanitárias.

4. VISÃO

Formar tecnicamente Formadores da Província de Cabo Delgado com habilitações teórico/práticas no domínio da Segurança e Saúde no Trabalho que reúnam competências para desenvolver a sua atividade na transmissão de conhecimentos e competências aos jovens desempregados de forma a promover a sua empregabilidade nos diversos sectores comerciais e industriais existentes na região.

Dar oportunidade aos jovens da província de Cabo Delgado de se capacitarem na área recursos minerais, energia e ambiente proporcionando-lhes acesso a um emprego e rendimento digno, sem distinções de género, raça ou religião.

5. MISSÃO

A Missão do CEFFOG é IDENTIFICAR áreas estratégicas da ciência e tecnologia no contexto energia, ambiente e recursos minerais, PROMOVER o seu desenvolvimento local, nacional e regional e DISSEMINAR o conhecimento, preparando futuras gerações para os desafios relacionados ao sector.

Cumulativamente, pretende-se a criação de uma nova cultura de segurança com vista à promoção de condições de trabalho seguras e que vão ao encontro do necessário para a promoção da saúde dos trabalhadores ficando a cargo dos formadores, a transmissão de conhecimentos e competências tendentes à promoção de práticas seguras no local trabalho e a implementação de medidas de proteção coletiva e individual.

6. METODOLOGIA DE DESENVOLVIMENTO DA FORMAÇÃO

O curso de Formação Técnica de Formadores em Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho, tem uma carga horária total de 300 horas, decorrerá no período de 3 meses, com uma carga horária diária de 5 horas de formação, sendo 50 minutos por aula, seguidos de um intervalo de 10 min.

As 300 horas de formação estão organizadas em 6 módulos, cuja carga horária será repartida por aulas teóricas (40%) e práticas (60%) para garantir a transmissão de conhecimento aos formandos e o desenvolvimento das suas competências.

Módulo de Formação	Duração (horas)
Normativos legais aplicados à Segurança e Saúde no Trabalho - I	50h
Normativos legais aplicados à Segurança e Saúde no Trabalho - II	50h
Análise ergonómica do posto de trabalho	50h
Avaliação e controlo de riscos profissionais	50h
Organização e Gestão de Situações de Emergência	50h
Sistemas de Gestão de Segurança e Saúde no trabalho – ISO 45001	50h

As aulas teóricas irão assentar em contexto de sala de formação, usando o formador a metodologia expositiva/aberta motivando a aprendizagem, através de exposição dos conteúdos e debates de ideias. Nas aulas teóricas, conta-se também, com os métodos interrogativo e demonstrativo, através da realização de trabalhos de pesquisa e da sua apresentação oral (individual ou em grupo) perante a turma.

No que diz respeito às aulas práticas, irão assentar no método ativo, as mesmas deverão decorrer em contexto de prática simulada em ambiente de trabalho, assentando na verificação da aplicação de legislação laboral em vigor, na criação de listas de verificação das condições de trabalho, criação e aplicação de diferentes modelos de relatórios de segurança e saúde no trabalho, validação das condições existentes para a resposta a situações de emergência, entre outras:

Atividades práticas

Aplicar os conhecimentos e competências sobre as matérias adquiridas durante a formação;

Validar e analisar a implementação das normas de Segurança e Saúde no Trabalho em contexto de trabalho;

Definir e aplicar as boas práticas em Segurança e Saúde no Trabalho que permitam a prevenção de acidentes e doenças profissionais;
Determinar e definir os procedimentos de segurança a respeitar durante a utilização de máquinas e equipamentos de trabalho;
Identificar, Selecionar e implementar as medidas de proteção coletiva (EPC's) e as medidas de proteção individual(EPI'S).

7. OBJETIVOS GERAIS

O curso de Formação Técnica de Formadores de Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho, tem como objetivo promover a melhoria de competências teórico-práticas dos Formadores participantes no curso, os quais a partir dos conhecimentos adquiridos estarão aptos a formar jovens desempregados e vítimas dos ataques na província de Cabo Delgado, de forma a dotá-los de ferramentas para que estes entrem no mercado de trabalho.

No final do percurso curricular do curso de Formação Técnica de Formadores de Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho, os participantes estarão aptos a:

1. **Identificar Riscos:** Avaliar os ambientes de trabalho para identificar possíveis riscos de acidentes e doenças ocupacionais.
2. **Promover a Prevenção nos locais de trabalho:** Informar os empregadores sobre os riscos existentes e orientá-los sobre medidas de eliminação e neutralização.
3. **Proceder ao Treinamento de Segurança:** Implementar programas de treinamento em segurança para os trabalhadores.
4. **Determinar os Equipamentos de Proteção a utilizar:** Fiscalizar o uso correto dos **Equipamentos de Proteção Individual (EPIs)** e dos **Equipamentos de Proteção Coletiva (EPCs)**.
5. **Proceder à análise de Processos de Trabalho:** Analisar métodos e processos de trabalho, identificando fatores de risco.
6. **Definir os Programas de Prevenção:** Executar programas de prevenção de acidentes e doenças ocupacionais.

8. METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

Os momentos de avaliação terão como finalidade verificar se os resultados de aprendizagem foram alcançados. Assim, a avaliação será **contínua**, existindo no decorrer dos módulos diversos momentos de **avaliação formativa** (ex. debates, apresentação oral de trabalhos, etc.) ocorrendo no final de cada módulo um momento de avaliação **sumativa**, através de momento de avaliação escrita.

9. REQUISITOS DE ACESSO

Constitui condição mínima de acesso ao curso de Formação Técnica de Formadores de Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho:

- Possuir a 12ª classe do sistema nacional de ensino concluída ou equivalente;
- Possuir pelo menos 1 ano de experiência profissional, como formador, ou como técnico na área da Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

10. INSTALAÇÕES E HORÁRIO

A formação irá decorrer nas instalações da Faculdade de Engenharia, no Campus Universitário, Bairro Eduardo Mondlane, Cidade de Pemba, Cabo Delgado, no período entre as 8h30-13h30.

- O funcionamento da biblioteca e da sala de informática estará à disposição dos formandos.
- As sessões práticas a decorrer nos laboratórios e/ou oficinas e empresas, serão realizadas, de acordo com a programação do gestor dos laboratórios e responsáveis da empresa, por forma, a garantir uma maior operacionalização e garantir que os estudantes consigam tirar o total proveito da componente prática.

11. ORGANIZAÇÃO DO PLANO CURRICULAR DO CURSO

Refª	Designação do Módulo de Formação (MF)	Duração (horas)
MF1	Normativos legais aplicados à Segurança e Saúde no Trabalho - I	50h
MF2	Normativos legais aplicados à Segurança e Saúde no Trabalho - II	50h

MF3	Análise ergonómica do posto de trabalho	50h
MF4	Avaliação e controlo de riscos profissionais	50h
MF5	Organização e Gestão de Situações de Emergência	50h
MF6	Sistemas de Gestão de Segurança e Saúde no trabalho – ISO 45001	50h
Total (horas)		300

12. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Módulo 1: MF1: Normativos aplicados à Segurança e Saúde no Trabalho - I

ÁREA DE FORMAÇÃO: Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho **Código de Curso** A definir

Nº MÁXIMO DE FORMANDOS: 15

DURAÇÃO TEÓRICA: 15 h **DURAÇÃO PRÁTICA:** 35 h **DURAÇÃO TOTAL:** 50 h

DESTINATÁRIOS: Formadores ou técnicos na área da Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

OBJETIVOS GERAIS: Reconhecer e identificar os normativos legais relativos à Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Determinar a importância da aplicabilidade das noções básicas de Segurança e Saúde no trabalho
- Definir o Enquadramento Geral da Segurança e Saúde no Trabalho
- Determinar a constituição do Regime Jurídico da promoção da Segurança e saúde no trabalho
- Reconhecer a importância do funcionamento da organização internacional do trabalho

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

CONTEÚDO	DURAÇÃO*		
	T	P	Total
Noções de Segurança e Saúde no trabalho	5 h	15 h	20 h
Enquadramento geral da Segurança e saúde no trabalho Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho Organização internacional do trabalho	10 h	20h	30 h

* Legenda: T – Teórica | P – Prática

Módulo 2: MF2: Normativos aplicados à Segurança e Saúde no Trabalho - II

ÁREA DE FORMAÇÃO: Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho **Código de Curso** A definir

Nº MÁXIMO DE FORMANDOS: 15

DURAÇÃO TEÓRICA: 20 h **DURAÇÃO PRÁTICA:** 30 h **DURAÇÃO TOTAL:** 50 h

DESTINATÁRIOS: Formadores ou técnicos na área da Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

OBJETIVOS GERAIS: Reconhecer e identificar os normativos legais relativos à Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	<ul style="list-style-type: none"> - Determinar o enquadramento legal dos serviços de segurança e saúde no trabalho - Determinar os modos de organização e funcionamento dos serviços de Segurança e saúde no trabalho
-------------------------------	--

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

MÓDULO	CONTEÚDO	DURAÇÃO*		
		T	P	Total
Enquadramento legal dos serviços de segurança e saúde no trabalho	Regulamentação aplicada aos serviços de Segurança e saúde no trabalho	10 h	10 h	20 h
Organização /Funcionamento dos serviços de Segurança e saúde no trabalho	Organização do Serviço de Segurança e Saúde do Trabalho Atividades Técnicas – Funções: <ul style="list-style-type: none"> – Técnico de segurança e saúde no trabalho – Médico do trabalho – Enfermeiro do trabalho 	10 h	20h	30 h

* Legenda: T – Teórica | P – Prática

Módulo 3: MF3: Análise ergonómica do posto de trabalho

ÁREA DE FORMAÇÃO:	Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho	Código de Curso	A definir
--------------------------	--	------------------------	-----------

Nº MÁXIMO DE FORMANDOS:	15
--------------------------------	----

DURAÇÃO TEÓRICA:	15 h	DURAÇÃO PRÁTICA:	35 h	DURAÇÃO TOTAL:	50 h
-------------------------	------	-------------------------	------	-----------------------	------

DESTINATÁRIOS:	Formadores ou técnicos na área da Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho
-----------------------	--

OBJETIVOS GERAIS:	Identificar a importância e contributo da Ergonomia para a promoção da saúde nos postos de Trabalho.
--------------------------	--

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	<ul style="list-style-type: none"> - Definir ergonomia - Determinar as principais áreas da ergonomia e a sua aplicabilidade - Definir o conceito de postura de trabalho - Identificar os riscos associados com a postura de trabalho - Identificar os riscos profissionais associados à manipulação de cargas - Determinar as estratégias ergonómicas a aplicar no local de trabalho - Determinar as Técnicas de Prevenção de Lesões Músculo-esqueléticas
-------------------------------	--

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

MÓDULO	CONTEÚDO	DURAÇÃO*		
		T	P	Total
Ergonomia	Ergonomia: conceito e objetivos Áreas de Ergonomia Conceito de Postura de Trabalho Riscos Relacionados com a Postura de Trabalho	5 h	20 h	25 h
Aplicação da Ergonomia na área dos posicionamentos	Risco Ocupacional na Manipulação de Cargas Estratégias Ergonómicas a Utilizar no Local de Trabalho <ul style="list-style-type: none"> – Técnicas de Prevenção de Lesões Músculo-esqueléticas 	10 h	15h	25 h

* Legenda: T – Teórica | P – Prática

Módulo 4: MF4: Avaliação e Controlo de Riscos Profissionais

ÁREA DE FORMAÇÃO: Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho **Código de Curso** A definir

Nº MÁXIMO DE FORMANDOS: 15

DURAÇÃO TEÓRICA: 25 h **DURAÇÃO PRÁTICA:** 25 h **DURAÇÃO TOTAL:** 50 h

DESTINATÁRIOS: Formadores ou técnicos na área da Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

OBJETIVOS GERAIS: Pretende-se que os formandos conheçam os riscos associados ao posto de trabalho e estejam sensibilizados para as medidas de prevenção de acidentes de trabalho e doenças profissionais.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reconhecer o enquadramento legal da Segurança e Saúde no trabalho
- Reconhecer o enquadramento legal dos acidentes de trabalho e doenças profissionais.
- Enumerar a sinalização de segurança a implementar.
- Reconhecer a importância do uso dos equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual.
- Identificar os principais riscos presentes no local de trabalho/atividade profissional.
- Identificar as medidas de proteção e prevenção a implementar na prevenção de riscos profissionais associados à sua função.

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

MÓDULO	CONTEÚDO	DURAÇÃO*		
		T	P	Total
Identificar os Fundamentos Gerais da Segurança e Higiene no Trabalho	<ul style="list-style-type: none"> – Enquadramento legal da segurança e higiene no trabalho – Enquadramento legal das Doenças profissionais e dos acidentes de trabalho 	5 h	5 h	10 h
Determinar os Riscos Gerais, Prevenção e Sinalização	<ul style="list-style-type: none"> – Equipamentos de proteção coletiva – Equipamentos de proteção individual – Movimentação manual de cargas – Manuseamento de produtos químicos – Sinalização de segurança 	10 h	10h	20 h
Descrever as Noções Básicas de Prevenção de Riscos	<ul style="list-style-type: none"> – Ambiente Térmico – Iluminação – Ruído e vibrações – Radiações – Riscos biológicos – Riscos psicossociais – Riscos ergonómicos 	10 h	10 h	20 h

* Legenda: T – Teórica | P – Prática

Módulo 5: MF5: Organização e Gestão de Situações de Emergência

ÁREA DE FORMAÇÃO: Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho **Código de Curso** A definir

Nº MÁXIMO DE FORMANDOS: 15

DURAÇÃO TEÓRICA: 25 h **DURAÇÃO PRÁTICA:** 25 h **DURAÇÃO TOTAL:** 50 h

DESTINATÁRIOS:	Formadores ou técnicos na área da Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho
-----------------------	--

OBJETIVOS GERAIS:	Identificar corretamente entidades e organismos responsáveis pela proteção civil
--------------------------	--

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar o Enquadramento legal da situação de emergência - Identificar a classificação das situações de emergência - Determinar a Organização dos Serviços de Emergência e Socorro
-------------------------------	---

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

MÓDULO	CONTEÚDO	DURAÇÃO*		
		T	P	Total
Enquadramento legal da situação de emergência	– Normativo legal nas situações de emergência	10 h	15 h	25 h
Situações de emergência/organização dos serviços de emergência e socorro	– Classificação das situações de emergência/organização dos serviços de emergência e socorro	10 h	15h	25 h

* Legenda: T – Teórica | P – Prática

Módulo 6:	MF6: Sistemas de Gestão de Segurança e Saúde no Trabalho – ISO 45001
------------------	---

ÁREA DE FORMAÇÃO:	Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho	Código de Curso	A definir
--------------------------	--	------------------------	-----------

Nº MÁXIMO DE FORMANDOS:	15
--------------------------------	----

DURAÇÃO TEÓRICA:	25 h	DURAÇÃO PRÁTICA:	25 h	DURAÇÃO TOTAL:	50 h
-------------------------	------	-------------------------	------	-----------------------	------

DESTINATÁRIOS:	Formadores ou técnicos na área da Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho
-----------------------	--

OBJETIVOS GERAIS:	Aplicar os Requisitos de um Sistema de Gestão de Segurança e Saúde do Trabalho, com base no Referencial Normativo ISO 45001
--------------------------	---

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	<ul style="list-style-type: none"> - Definir e identificar Perigos e Riscos - Definir Incidente - Analisar os requisitos da norma do sistema de gestão de segurança e saúde ocupacional - Definir os indicadores de desempenho de um sistema de gestão de segurança e saúde ocupacional - Identificar as Metodologias de implementação de sistemas de gestão de segurança e saúde ocupacional
-------------------------------	--

PROGRAMA DE FORMAÇÃO

MÓDULO	CONTEÚDO	DURAÇÃO*		
		T	P	Total
Conceitos e terminologia	<ul style="list-style-type: none"> – Identificação de risco – Incidente 	10 h	15 h	25 h
A Norma ISO 45001	<ul style="list-style-type: none"> – Análise dos requisitos da norma de sistema de gestão de segurança e saúde ocupacional – Os indicadores de desempenho de um sistema de gestão de segurança e saúde ocupacional – Metodologias de implementação de sistemas de gestão de segurança e saúde ocupacional 	10 h	15h	25 h

* Legenda: T – Teórica | P – Prática

13. RECURSOS

- Salas de formação com secretárias e cadeiras
- Quadro branco
- Canetas para quadro
- Computador, Videoprojector, impressora
- Equipamentos técnicos na área da Segurança e saúde no trabalho (luxímetro, sonómetro, anemómetro, simuladores de reanimação) a serem utilizados nas componentes práticas.

14. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- MIGUEL, Alberto Sérgio. Manual de Higiene e Segurança do Trabalho. Porto Editora. 13ª Edição, 2014.
- PINTO, João Paulo, (2006) – Gestão de operações na indústria e nos serviços. 1ª Edição. Lisboa: Editora LIDEL. ISBN – 13: 978-972-757-432-7.
- Silveira, Alberto et al (2010). Manual Segurança, Higiene e Saúde do Trabalho. Lisboa. Verlag Dashofer.
- Freitas, Luís. (2003). Gestão da segurança e saúde no trabalho – Volume 1.
- Geoff, W. (1996). Hazard identification and risk assessment;
- Manuel M. Roxo, Segurança e Saúde do Trabalho: Avaliação e Controlo de Riscos, 1ª edição
- Inácio, M. (2007) – Manual do Formando, “O Processo de Aprendizagem”, Teorias e Modelos de Aprendizagem, pp. 1-32;
- BARROSO, Mónica e Gomes da Costa, Luis, Ergonomia e Análise Ergonómica de Postos de Trabalho;

15. WEBGRAFIA

- <https://previmed.pt/seguranca-no-trabalho/avaliacoes-de-riscos-profissionais/>
- <https://www.apopartner.pt/plano-de-emergencia/>
- <https://portal.act.gov.pt/Pages/Home.aspx>
- <https://prociv.gov.pt/pt/home/>
- <https://www.apopartner.pt/iso-45001-sistema-de-gestao-da-seguranca-e-saude-ocupacional/>