



## Instrumentos de Intervenção dos Representantes dos Trabalhadores para a SST



As tarefas de natureza técnica que são pedidas ao Representante dos Trabalhadores para a SST dizem respeito, essencialmente, à **identificação dos riscos profissionais**.

As funções do RT SST são:

- Identificar os riscos a que os trabalhadores e trabalhadoras se encontram expostos;
- Controlar o cumprimento dos requisitos legais;
- Reivindicar o cumprimento da legislação;
- Aferir a implementação das medidas de prevenção por parte dos serviços de Segurança e Saúde no Trabalho, da entidade empregadora.

Que tipo de **instrumentos podem ser utilizados pelos RT SST para o desenvolvimento da sua atividade de participação?**

Podemos definir como instrumentos de trabalho que permitam ao RT'SST desenvolver a sua atividade de participação e representação, dois tipos de Instrumentos, designadamente:

- Instrumentos de identificação de riscos
- Instrumentos de reivindicação de soluções

Instrumentos de identificação de riscos:

- 1) Listas de verificação**
- 2) Questionário sobre condições de segurança e saúde no Trabalho;**
- 3) Mapa de riscos**

Instrumentos de reivindicação de soluções:

- 1) Formulários reivindicativos**
- 2) Comunicação de risco**
- 3) Caderno reivindicativo de condições de SST**

## **1 - Listas de Verificação**

As Listas de Verificação ou Checklists podem ser elaboradas a partir da legislação aplicável, bem como de normas técnicas, referindo os vários itens a serem analisados no sentido de aferir o seu cumprimento ao não de acordo com o disposto no normativo de referência.

As Listas de Verificação constituem um dos meios mais úteis e fáceis para a identificação de riscos nos locais de trabalho, podendo ser utilizadas pelo Representante dos Trabalhadores para a SST no decorrer da sua atividade de participação.

Esta Lista de Verificação dirige-se às questões relativas com a organização das atividades básicas de SST.

<b>Atividades Básicas de Segurança e Saúde do Trabalho</b>				
<b>Empresa:</b> _____				
<b>Estabelecimento:</b> _____				
<b>Sector de Atividade:</b> _____				
<b>Posto de Trabalho:</b> _____ <b>Data:</b> ___/___/___				
<b>1 - Organização dos Serviços de Segurança e Saúde do Trabalho</b>				
<b>Itens a Verificar</b>	<b>Sim</b>	<b>Não</b>	<b>Não se Aplica</b>	<b>Observações</b>
1.1. Existem serviços organizados de segurança e saúde do trabalho?				
1.1.1. Qual a modalidade de serviços adotada?				
1.1.2. A empresa está autorizada?				
1.2. Existem técnico (s) de ST com CAP/título profissional válido, com qualificação adequada às necessidades da empresa?				
1.3. Existe o representante do empregador, no caso de serviço externo de SST?				
<b>2 - Avaliação, controlo de riscos, análise de acidentes de trabalho e doenças profissionais</b>				
2.1. São realizadas avaliações de riscos, de forma sistemática?				
2.2. Existem registos das avaliações de riscos atualizadas em suporte escrito (papel ou digital)?				
2.3. A avaliação de riscos é feita por postos de trabalho?				
2.4. Existe um programa atualizado de prevenção e controlo de riscos identificando as medidas de controlo, prevenção e proteção contra os riscos detetados?				
2.5. O programa de prevenção e controlo de riscos tem em conta as medidas específicas a adotar para a proteção de trabalhadores/ grupos vulneráveis?				
2.6. Existem registos de acidentes de trabalho ou ocorrência de doenças profissionais?				

2.7.Foram analisadas as suas causas?				
2.8.Foram aplicadas medidas corretivas e de prevenção em resultado da análise das causas detetadas?				
2.9.A avaliação de riscos para a segurança e saúde dos trabalhadores é atualizada com base nestes resultados?				
<b>3 – Vigilância da Saúde</b>				
3.1.Existe médico do trabalho?				
3.2.Foram realizados exames médicos de admissão aos trabalhadores?				
3.3.Existem fichas clínicas dos trabalhadores?				
3.4.São realizados os exames de saúde de vigilância com a periodicidade legalmente prevista?				
<b>4 – Consulta, Informação e Formação dos Trabalhadores</b>				
4.1.Os trabalhadores e seus representantes foram consultados, por escrito no âmbito da SST?				
4.2.Todos os trabalhadores e seus representantes dispõem informação atualizada sobre:				
- Riscos para a segurança e saúde?				
- Medidas de prevenção e proteção/ forma como se aplicam?				
- Medidas e instruções a adotar em caso de perigo grave e eminente?				
- Medidas de emergência				
4.3.Todos os trabalhadores receberam formação adequada sobre segurança e saúde no trabalho, tendo em atenção o seu posto de trabalho?				
4.4.É verificada previamente a experiência e as qualificações dos trabalhadores para operações específicas ou postos de trabalho com risco elevado?				
4.5.Foi realizada formação adequada com instruções a aplicar em caso de evacuação e emergência a todos os trabalhadores?				

<b>5 – Emergência e primeiros socorros, evacuação de trabalhadores e combate a incêndios</b>				
5.1.Existe Plano de Emergência?				
5.2.São realizados simulacros periodicamente para a função e procedimentos de execução das atividades?				
5.3.Existem trabalhadores designados para a função e procedimentos de execução das atividades?				
5.4.Existe sistema de combate a incêndios?				
5.5. Existem materiais de combate a incêndios?				
5.6.Existem materiais de detecção e de alarme de incêndios?				
5.7.Existem sistemas de prestação de primeiros socorros (materiais e humanos)?				
5.8.Existe sistema de evacuação em caso de sinistro, adequado à dimensão e perigosidade da empresa?				
5.9.Existem materiais de primeiros socorros?				

Fonte: ACT

A ACT disponibiliza, no seu site, um conjunto significativo de listas de verificação que poderão ser utilizadas pelos RT SST no desenvolvimento da sua atividade. O Departamento de SST da UGT elaborou, igualmente, um guia “Instrumentos de Participação dos Representantes dos Trabalhadores na SST” que poderá ser consultado no site da ACT.

## **2 - Questionário sobre condições de Segurança e Saúde no Trabalho**

Para proceder ao levantamento das condições Segurança e Saúde no Trabalho, o RT SST pode adquirir a informação de que necessita através da realização de questionários direcionados aos trabalhadores e trabalhadoras. Deve, assim, conceber o questionário tendo em conta a informação concreta que pretende obter.

**Questionário n.º \_\_\_\_\_ às Condições de Segurança e Saúde no Trabalho**

**Data:** \_\_\_\_\_

**Posto de Trabalho** \_\_\_\_\_

Este Questionário destina-se ao levantamento das condições Segurança e Saúde no Trabalho e dos riscos profissionais inerentes a essas condições para que, uma vez identificados, sejam comunicados à empresa.

1 - Considera que na sua empresa são praticadas as ações adequadas no âmbito da Segurança e Saúde no Trabalho para o desempenho da sua função?

*Muito satisfatórios*\_\_\_\_ *Satisfatórios*\_\_\_\_ *Pouco satisfatórios*\_\_\_\_ *Nada satisfatórios*\_\_\_\_

**Indique as melhorias que gostaria que fossem implementadas:**

2 - Considera-se satisfeito com os serviços de Segurança e Saúde no Trabalho da sua Empresa:

a) Segurança no Trabalho

*Muito satisfatórios*\_\_\_\_ *Satisfatórios*\_\_\_\_ *Pouco satisfatórios*\_\_\_\_ *Nada satisfatórios*\_\_\_\_

b) Saúde (Medicina Trabalho)

*Muito satisfatórios*\_\_\_\_ *Satisfatórios*\_\_\_\_ *Pouco satisfatórios*\_\_\_\_ *Nada satisfatórios*\_\_\_\_

**Indique as melhorias que gostaria que fossem implementadas:**

3 - Como classifica o empenhamento da empresa em matéria de prevenção de acidentes e de doenças profissionais?

*Muito satisfatórios*\_\_\_\_ *Satisfatórios*\_\_\_\_ *Pouco satisfatórios*\_\_\_\_ *Nada satisfatórios*\_\_\_\_

**Indique as melhorias que gostaria que fossem implementadas:**

4 - Considera que lhe é disponibilizado o material de proteção necessário e adequado para a função que desempenha?



Muito satisfatórios\_\_\_ Satisfatórios\_\_\_ Pouco satisfatórios\_\_\_ Nada satisfatórios\_\_\_

**Indique as melhorias gostaria que fossem implementadas:**

5 - Conhece as medidas de proteção e prevenção e a forma como se aplicam, relativas:

a) Ao seu posto de trabalho e à sua função

Muito satisfatórios\_\_\_ Satisfatórios\_\_\_ Pouco satisfatórios\_\_\_ Nada satisfatórios\_\_\_

b) À empresa, estabelecimento ou ao serviço

Muito satisfatórios\_\_\_ Satisfatórios\_\_\_ Pouco satisfatórios\_\_\_ Nada satisfatórios\_\_\_

**Indique as melhorias gostaria que fossem implementadas:**

6 - A formação/informação no âmbito do Segurança e Saúde no Trabalho na sua empresa é adequada?

Muito satisfatória\_\_\_ Satisfatória\_\_\_ Pouco satisfatória\_\_\_ Nada satisfatória\_\_\_

**Indique as melhorias gostaria que fossem implementadas:**

7 - Efetua exames médicos regulares nos serviços de medicina no trabalho da empresa?

Sim\_\_\_ Não\_\_\_

**Indique as melhorias gostaria que fossem implementadas:**

8 - Como é que classifica o seu ambiente de trabalho, relativamente aos seguintes fatores:

<i>Iluminação</i>	Muito boa ___ Boa___ Sem Opinião___ Suficiente___ Insuficiente___
<i>Ruído</i>	Excessivo___ Forte___ Sem Opinião___ Fraco___ Inexistente___
<i>Vibrações</i>	Excessivas___ Fortes___ Sem Opinião___ Fracas___ Inexistentes___
<i>Temperatura</i>	Muito boa___ Boa___ Sem Opinião___ Suficiente___ Insuficiente___

**Indique as melhorias gostaria que fossem implementadas:**

9 - Considera que os fatores atrás mencionados têm consequências no desempenho do seu trabalho?

Sim\_\_\_

Não\_\_\_

10 – Em caso afirmativo, refira as razões:

Aumenta a tensão/ altera o ritmo cardíaco\_\_\_

Agrava o estado de angústia e irritabilidade\_\_\_

Provoca stresse e fadiga\_\_\_

Origina diminuição do rendimento e produtividade\_\_\_

Diminui a satisfação na execução das tarefas\_\_\_

Outro

Qual?\_\_\_\_\_

**Indique as melhorias gostaria que fossem implementadas:**

11 – No seu local de trabalho, a que tipo de riscos se encontra mais sujeito?

Vírus, bactérias, parasitas\_\_\_

Poeiras\_\_\_

Calor/frio\_\_\_

Ruído\_\_\_

Vibrações\_\_\_

Radiações\_\_\_

Produtos químicos\_\_\_

Outros\_\_\_

Quais?\_\_\_\_\_

**Indique as melhorias gostaria que fossem implementadas:**

12 – Já alguma vez sofreu um acidente de trabalho?

Sim \_\_\_ Quantos? \_\_\_\_\_

Não\_\_\_

13 – Já alguma vez teve queixas de saúde devido ao trabalho?

Sim \_\_\_

Não\_\_\_

### 3 – Mapa de Riscos

Para proceder à identificação dos riscos existentes nos locais de trabalho, o RTSST poderá utilizar uma ferramenta específica - mapa de riscos – que mais não é do que um formulário próprio para esse efeito.

O mapa de identificação dos riscos é um instrumento onde se compila a descrição do trabalho, dos seus componentes técnicos e organizativos, dos perigos e riscos inerentes.

<b>Mapa de Riscos - designação da operação/tarefa</b>		
<b>Mapa de Riscos n.º</b>		Data: _/_/____
<b>Empresa:</b>	Local de Trabalho:	Posto de Trabalho:
<b>Tarefa:</b>	RT SST:	

**Fonte:** Este exemplo de Mapa de Riscos foi retirado do **Manual de Gestão da Segurança e Saúde no Trabalho – volume 1.**

<b>Ciclo de trabalho, fases e tarefas</b>	Explicação dos procedimentos e tarefas da operação.
<b>Trabalhadores</b>	Número de trabalhadores, género e idade
<b>Tarefas e Atividade</b>	Descrição de todas as tarefas e procedimentos.
<b>Organização Trabalho</b>	Descrição dos aspetos fundamentais da organização de trabalho, como por exemplo, o horário de trabalho, pausas, tipo de trabalho, posição de trabalho, manipulação de matérias e cargas, etc.
<b>Equipamentos de Trabalho</b>	Descrição do tipo de equipamentos e ferramentas de trabalho que são utilizados na execução das diversas etapas do trabalho.
<b>Matérias-primas, substâncias e produtos</b>	Descrição de todas as matérias primas existentes e produtos.
<b>Condições ambientais</b>	Informação sobre aspetos, tais como, a limpeza do espaço de trabalho, iluminação, dimensões dos locais de trabalho, tipo de piso, temperatura.
<b>Identificação de riscos</b>	Descrição de todos os perigos e riscos existentes.
<b>Medidas de prevenção adotadas</b>	Descrição de todas as medidas de prevenção que foram adotadas.
<b>Efeitos sobre a Segurança e Saúde no Trabalho</b>	Dados sobre sinistralidade laboral e elencarem de dias de trabalho perdidos. Informação sobre problemas de saúde.

#### 4 – Carta de Riscos

A **Carta de Riscos** é um método simples de avaliação de riscos que as questões relativas à SST inerentes a determinado posto de trabalho, tomando por base os seguintes parâmetros:

1 - Tarefas/ operação - consiste na descrição dos principais conteúdos da tarefa ou da operação e realizar pelo trabalhador;

2 - Equipamento - consiste na descrição dos equipamentos, máquinas, ferramentas ou outros equipamentos de trabalho utilizados no processo operativo;

3 – Materiais – matérias-primas, substâncias, produtos e componentes utilizados nas tarefas;

4 – Fatores de risco – atividade, situação ou ação a que o trabalhador se encontra exposto durante a execução do seu trabalho;

5 - Riscos – descrição das situações que podem causar dano para a segurança e a saúde no trabalho que decorrem dos fatores de risco assinalados;

6 – Medidas de prevenção – medidas necessárias para a eliminação ou redução dos riscos.

## **5 - Procedimentos de Interpelação à Entidade Patronal**

São todas as comunicações enviadas pelos RT SST à entidade patronal, com o objetivo de exigir o cumprimento das suas obrigações. É elaborada uma elecagem dos aspetos que se encontram em incumprimento, tendo sempre como referência as disposições legais.

Incumprimento de obrigações por parte da entidade patronal

De:

\_\_\_\_\_  
(Identificação do/s RT'SST)

Para:

\_\_\_\_\_  
(Diretor/Administrador/ Direção de Recursos Humanos)

**Assunto: Cumprimento de obrigações do empregador consagradas nos artigos 281.º e 282.º do Código de Trabalho e na Lei n.º 102/ 2009, de 10 de Setembro, com a redação conferida pela Lei n.º 3/2014 de 28 de janeiro.**

Vimos por este meio solicitar que a administração da empresa dê cumprimento, com a maior brevidade possível, às suas obrigações em matéria de Segurança e Saúde no Trabalho, conforme o disposto no **artigo 15.º da Lei n.º 102/ 2009, de 10 de Setembro, com a redação conferida pela Lei n.º 3/2014 de 28 de janeiro**, as quais consideramos prioritárias, as abaixo enunciadas:

1. Integração da avaliação dos riscos para a Segurança e a Saúde do Trabalho no conjunto das atividades da empresa, estabelecimento ou serviço, devendo adotar as medidas adequadas de proteção, conforme disposto na alínea d) do artigo 15.º do diploma acima referido;

2. O empregador suporta a totalidade dos encargos com a organização e o funcionamento do serviço de Segurança e de Saúde no Trabalho e demais sistemas de prevenção, incluindo exames de vigilância da saúde, avaliações de exposições a riscos, testes e todas as ações necessárias no âmbito da promoção da Segurança e Saúde no Trabalho, sem impor aos trabalhadores/as quaisquer encargos financeiros, conforme disposto no número 12 do artigo 15.º do diploma acima referido;

O cumprimento destas obrigações é urgente, sendo que a falta de resposta às nossas solicitações será entendida como uma violação grave da entidade patronal às suas obrigações legais, relativamente à qual será dado o devido encaminhamento.

Data: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
O responsável da empresa

\_\_\_\_\_  
O/os representante/s dos trabalhadores para a SST

## **6 - Comunicação de Risco**

Após a identificação de riscos através dos instrumentos referidos acima - Listas de Verificação, Questionário sobre condições de Segurança e Saúde no Trabalho, Notícia de Risco e Mapa de Riscos - o RT SST deve notificar esse risco à entidade patronal, por forma a serem tomadas todas as medidas com vista à sua eliminação ou adoção das adequadas medidas de prevenção e proteção com vista à reduzir os seus efeitos sobre a segurança e saúde.

A comunicação de risco consiste num documento preenchido pelo RTSST em que é feita a descrição do risco identificado no posto de trabalho, bem como as consequências para a saúde e segurança dos trabalhadores expostos a esse risco. Esta comunicação é dirigida ao empregador, sendo utilizado quando estamos perante um risco profissional específico.



Comunicação de Risco n.º _____		Data: _____
Empresa _____		_____
Local de Trabalho _____		
Posto de trabalho		
Descrição do risco		
Trabalhadores expostos		
Observações		
Fundamentação na legislação		
Data		
Assinatura		

## **7 - Caderno Reivindicativo**

Este instrumento reivindicativo é, normalmente, utilizado quando os incumprimentos por parte da entidade empregadora são significativos e abordam, ao contrário da Comunicação de Risco, não apenas um risco profissional, mas um conjunto de situações a denunciar pelo RT SST.

Pressupõe a auscultação de todos os trabalhadores e trabalhadoras por forma a reunir todas as informações necessárias. Esta informação poderá ser obtida através da ministração de um questionário sobre condições de segurança e saúde no trabalho.

O Caderno Reivindicativo é constituído por várias páginas, sendo que cada risco profissional é reivindicado numa página autónoma.

Numa primeira página, o RTSST elaborará uma síntese das condições de Segurança e Saúde na globalidade, cabendo aqui, eventuais reivindicações relativamente ao incumprimento dos direitos de participação dos/as trabalhadores/as – formação, informação, consulta, representação e proposta.

<b>CADERNO REIVINDICATIVO SOBRE CONDIÇÕES DE TRABALHO</b>	
Empresa	
Local de Trabalho	
Os representantes dos trabalhadores para a segurança e saúde no trabalho	
Nomes	Assinaturas
<b>Análise das Condições de Segurança e Saúde no Trabalho</b>	
Recebido em:	____/____/____
O responsável da empresa:	_____

Caderno Reivindicativo sobre Condições de Trabalho
Identificação e avaliação de riscos
<b>Principais riscos identificados</b>
<b>Avaliação de cada risco identificado</b>
Identificação do Risco:
Descrição do Risco:
Natureza e perigosidade:
Locais de trabalho expostos ao risco:
Trabalhadores expostos:

Duração da exposição ao risco:

Queixas dos trabalhadores expostos resultantes da exposição ao risco:

Reivindicação de Medidas de Prevenção Coletivas:

Reivindicação de Medidas de Prevenção Individuais:

Reivindicação de outras Medidas de Prevenção:



**Uma Publicação**  
**Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho**

Coordenação da Campanha – Vanda Cruz  
Execução Técnica da Campanha – Maria Vieira

**Com o Apoio:**

