



MINISTERIO  
DE EMPLEO  
Y SEGURIDAD SOCIAL

SECRETARÍA DE ESTADO  
DE LA SEGURIDAD SOCIAL

DIRECCIÓN GENERAL  
DE ORDENACIÓN DE  
LA SEGURIDAD SOCIAL

Plan General de Actividades Preventivas de la Seguridad Social 2015



# Manual de Segurança e Saúde no Sector Agropecuário



**FREMAM**

*Mutua Colaboradora con la  
Seguridad Social nº 61*



	Página
● <b>Apresentação</b> .....	4
● <b>Riscos e Medidas Preventivas Gerais</b>	
– Falta de Ordem e Limpeza nos locais de Trabalho .....	6
– Manipulação Manual de Cargas .....	7
– Segurança frente a Riscos Eléctricos .....	9
– Protecção Individual .....	12
– Ferramentas manuais .....	13
● <b>Riscos e Medidas Preventivas Específicas</b>	
– Tractor e Maquinaria Agrícola	
Auto propulsada .....	16
– Maquinaria e Equipamentos Agrícolas .....	19
– Motosserras .....	21
– Trabalhos em Altura e Escadas Manuais .....	22
– Manipulação de Pesticidas .....	24
– Espaços Confinados .....	28
– Instalações Pecuárias .....	30
– Zoonoses .....	31
– Armazenamento de Adubos e Pesticidas .....	32
– Exposição a Temperaturas Ambientais Extremas .....	33
– Trabalhos em Solitário .....	34
– Trabalhos em Estufas .....	35
● <b>Normas de Actuação em Caso de Emergências</b>	
– Incêndios .....	38
– Primeiros Socorros .....	40
● <b>Obrigações dos Trabalhadores em Prevenção de Riscos</b> .....	46



A LEI DE PREVENÇÃO DE RISCOS LABORAIS (Lei 31/1995 do 8 de Novembro) estabelece no seu Art. 18 a obrigação do empresário de informar os seus trabalhadores sobre os riscos que possam afectar à sua saúde e as medidas preventivas que devem aplicar para os evitar.

Com o presente manual pretende-se dar a conhecer aos trabalhadores do sector agropecuário os riscos mais frequentes aos quais se encontram expostos e as medidas preventivas gerais que se podem adoptar para os evitar.

A partir da Área de Prevenção de FREMAP esperamos que esta publicação contribua para o melhoramento dos níveis de segurança e saúde neste sector de actividade.



# **RISCOS E MEDIDAS PREVENTIVAS GERAIS**





## Riscos

### Falta de Ordem e Limpeza nos Locais de Trabalho

- Quedas ao mesmo nível por resvalos e tropeços.
- Golpes contra objectos depositados em zonas de passagem.
- Quedas de objectos em manipulação.
- Dificuldade de evacuação de naves e instalações em caso de incêndio.
- Atropelamentos por veículos por falta de definição das zonas de trânsito.



## Medidas Preventivas

### Falta de Ordem e Limpeza nos Locais de Trabalho

- Mantenha desobstruídas e livres de materiais as zonas de passagem, as saídas e vias de evacuação.
- Os materiais armazenados não dificultarão o acesso e visibilidade aos equipamentos de emergências (extintores, estojos de primeiros socorros...).
- Os amontoamentos de materiais deverão ser estáveis e seguros: Quando armazene em estiva, respeite uma altura proporcional à base da pilha, as pilhas de objectos deverão estar numa vertical perfeita, não empilhe materiais de tamanho diferente, peso ou condições (sacas sobre fartos, caixas sobre sacas e vice-versa). Nas estantes, respeite a carga máxima e procure que os elementos não sobressaíam do seu perímetro.
- Nos armazéns, manter-se-ão desobstruídas de mercadorias as passagens entre estantes.
- Evite a acumulação de resíduos no chão, sobre as máquinas ou sobre as mesas de trabalho.
- Os derrames de líquidos no chão limpar-se-ão imediatamente ou cobrir-se-ão com um composto absorvente.





### Riscos

#### Manipulação Manual de Cargas

- Lesões nas costas.
- Quedas ao mesmo nível:
- Quedas de objectos em manipulação.
- Cortes nas mãos.
- Golpes contra objectos.

# SIM



# NÃO



### Medidas Preventivas

#### Manipulação Manual de Cargas

- Utilize sempre que for possível, meios auxiliares para transportar objectos, como carrinhos de mão, porta-paletes, etc., sobretudo se as cargas forem pesadas, volumosas ou se a frequência com a qual estas se manipulam for grande.
- Antes de manipular uma carga comprove o estado da sua superfície, em especial a existência de bordos cortantes, pregos, lascas, humidade, temperatura, etc; utilize luvas de protecção.
- Se o peso da carga é excessivo ou o seu volume dificulta uma manipulação fácil, peça ajuda a outros companheiros.
- Antes de iniciar o deslocamento, comprove que dispõe do espaço suficiente para o manejo da carga e que o percurso está livre de obstáculos.

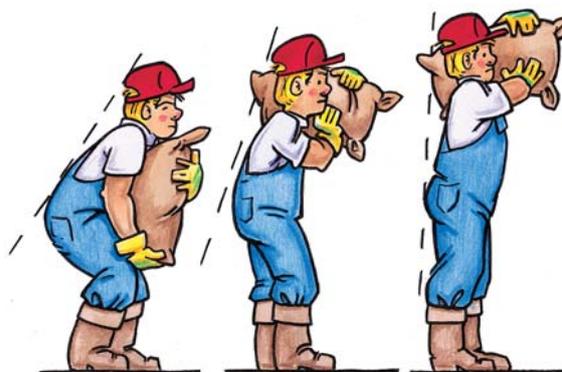




## Medidas Preventivas

### Manipulação Manual de Cargas

- Nas operações de manipulação manual de cargas, devem-se adoptar as posturas e movimentos adequados, tais como:
  - Aproximar-se da carga o máximo possível.
  - Assegurar um bom apoio dos pés, mantendo-os ligeiramente separados.
  - Em caso de que o objecto esteja sobre uma base elevada, aproximá-lo ao tronco, conseguindo uma base e um agarre firme e estável.
  - Baixar-se flexionando os joelhos, mantendo as costas direitas.
  - Levantar a carga utilizando os músculos das pernas e não com as costas.
  - Apanhar firmemente a carga com as duas mãos.



## Medidas Preventivas

### Manipulação Manual de Cargas

- Manter a carga próxima ao corpo durante todo o trajecto, dando passos curtos.
- Em elevações com giro, procure mover os pés em vez de girar a cintura.
- Evite os movimentos bruscos das costas, em especial os giros, inclusive quando manipular cargas ligeiras.

**SIM**



**NÃO**

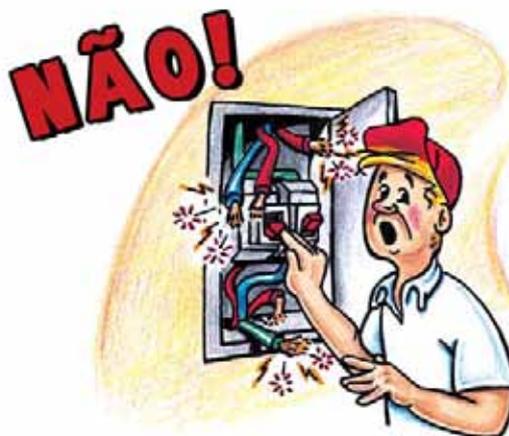




### Riscos

#### Segurança frente a Riscos Eléctricos

- Contactos directos, ao tocar partes activas da instalação.
- Contactos indirectos, ao tocar partes de máquinas ou da instalação que por uma derivação se encontram acidentalmente em tensão.
- Queda de raios durante as trovoadas em trabalhos que se realizam à intempérie.
- Por formação de arcos, ao se aproximar a partes activas da instalação.
- Contactos acidentais com linhas eléctricas aéreas.



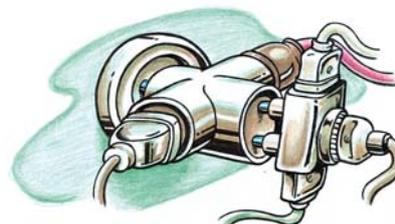
### Medidas Preventivas

#### Segurança frente a Riscos Eléctricos

- Não efectue manipulações de equipamentos e instalações eléctricas; a instalação, manutenção e reparação só a podem fazer **Electricistas Qualificados**.
- Todos os quadros eléctricos levarão as suas linhas de alimentação protegidas com interruptores diferenciais associados à tomadas de terra. Fazer uma ligação directa em diferenciais ou anular os condutores de tomada de terra, originam situações de alto risco.
- Mantenha as portas dos quadros eléctricos fechadas à chave e comunique as deficiências que observe sobre o estado dos cabos, as ligações e os interruptores.
- As máquinas e equipamentos eléctricos ligar-se-ão sempre com cavilhas e não directamente com o cabo descarnado.
- Vigie atentamente o estado das ferramentas eléctricas portáteis (perfuradores, soldadores, etc.), atenda, sobretudo, ao estado dos cabos de alimentação, tomadas, etc. Evite colocar os cabos sobre arestas vivas ou zonas de trânsito e comunique os defeitos observados.



**NÃO**

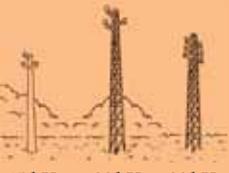
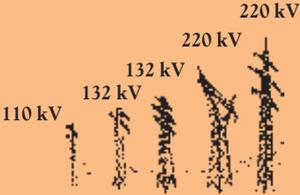




## Medidas Preventivas

### Segurança frente a Riscos Eléctricos

- Na proximidade de linhas eléctricas de alta tensão, se manipular tubos de risco, escadas, veículos, reboques,... tenha extrema precaução e deixe uma distância de segurança que nunca será menor de:

QUADRO DE DISTÂNCIAS DE SEGURANÇA AOS ELEMENTOS EM TENSÃO DAS LINHAS AÉREAS DE ALTA TENSÃO		
Tipo de Torre	Kilovoltios (Kv)	Metros
 <p>45 kV    66 kV    66 kV</p>	até 66	3
 <p>110 kV    132 kV    132 kV    220 kV</p>	a partir de 66 até 220	5
 <p>330-420 kV</p>	mais de 220	7



## Medidas Preventivas

- Em dias de trovoada suspender-se-ão os trabalhos à intempérie, sobretudo se trabalha com instalações de risco metálicas ou com animais.
- Se permanecer à intempérie e se produz uma trovoada, situe-se nas zonas menos elevadas do terreno, distante de objectos que se elevem (árvores, postes...), coloque-se “de cócoras” e mantenha os pés juntos.





## Medidas Preventivas

### Medidas de Emergência frente a Contactos Eléctricos

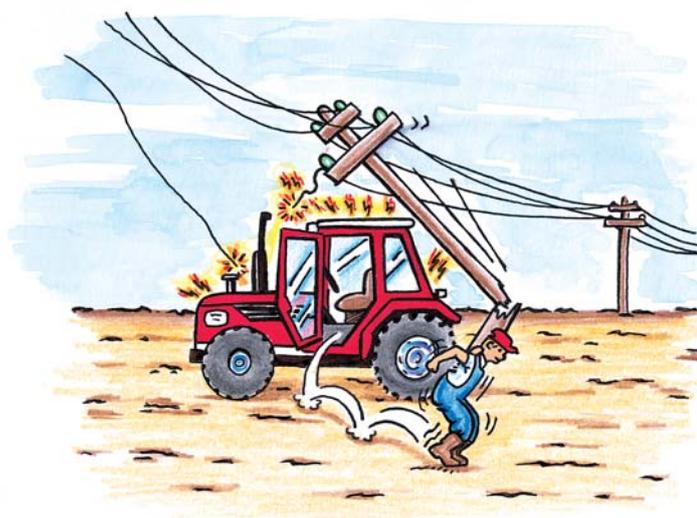
Perante uma pessoa electrocutada, actue da seguinte forma:

- Em todos os casos, procure cortar a tensão. Em baixa tensão: tente afastar o electrocutado da frente de tensão, sem manter um contacto directo com ele, utilize para isso elementos isolantes (paus, tábuas de madeira...).
- Advirta desta situação o seu superior imediato ou as pessoas mais próximas para que avisem as equipas de emergência sanitária, e se está habilitado, proporcione imediatamente os primeiros socorros.



## Medidas Preventivas

- Se ao estar subido numa máquina, se produz um contacto eléctrico com instalações de alta tensão:
  - Existe um risco importante de electrocussão se descer da mesma, permaneça subido até que a empresa fornecedora o indique, e não permita que se aproximem outras pessoas.
  - Se ao contactar com uma linha de alta tensão, se vê obrigado a descer da máquina, para reduzir o risco de electrocussão, salte ao chão com os pés juntos sem se apoiar com as mãos nela ou no chão e distancie-se saltando com os pés juntos.





## Condições Gerais nas quais se recomenda o uso de Equipamentos de Protecção Individual

### Calçado de Segurança

É necessário o uso de CALÇADO DE SEGURANÇA com ponteira reforçada para evitar golpes, cortes, pisadelas do gado, etc. Este material adaptar-se-á às características do trabalho que tenha que realizar (por exemplo: botas altas de borracha quando existe água, barro, esterco, etc...).



### Luvas de Segurança

Certificadas face ao risco existente: pele, fibras têxteis, etc., para a manipulação de materiais e ferramentas, pois são apropriadas para evitar golpes, feridas, cortes, etc.

Para trabalhar com produtos químicos zoossanitários ou fitossanitários ou em operações com risco biológico, utilizar-se-ão as de látex ou borracha.

### Óculos/Ecrãs de Segurança

Nos trabalhos de colheita, poda e desbaste, utilização de motosserra, ferramentas eléctricas manuais (berbequins, esmeris...), corte de cabos, permanência em milheirais, operações durante a manipulação de pesticidas nos quais não seja necessário utilizar máscaras de protecção (carga, descarga, diluição..).

### Cremes de Protecção

Pessoal especialmente sensível sob critério médico. Exposição ao sol em trabalhos nos quais não é possível cobrir-se com chapéus, roupa...

### Protecção Respiratória (máscaras...)

Operações com exposição a gases, pó, fumos... A máscara deve ajustar-se correctamente e o filtro deve escolher-se e mudar-se conforme as indicações que indique o fabricante nas instruções do EPI. Em caso de se trabalhar em espaços confinados (tanques, poços, silos, etc.), pode ser necessário a utilização de equipamentos de respiração autónomos (ver capítulo Espaços Confinados)

### Roupa de Trabalho

Utilizará em todo momento roupa de trabalho ajustada, especialmente em mangas e pernas das calças, para evitar ser agarrado pelos elementos móveis das máquinas. Quando trabalhe entre cultivos molhados, com chuva ou neve utilizará BOTAS E FATOS DE ÁGUA, E ROUPA ADEQUADA PARA NEVE.

### Roupa de Tecido de Segurança Anti-corte.

Em operações com manipulação de motosserra.

### Equipamentos de Protecção Auditiva

Pode ser necessário o uso de protecção auditiva durante o uso de equipamentos de trabalho, tractores sem cabine fechada (trituradores, motosserra, equipamentos de trabalho antigos...) que emitam níveis de ruído acima dos limites técnicos estabelecidos.

**LEMBRE-SE: ESTES EQUIPAMENTOS FORAM DESENHADOS PARA A SUA SEGURANÇA E CUMPREM ESTE FIM UNICAMENTE QUANDO SE UTILIZAM E SE MANTÊM CORRECTAMENTE. NÃO OS DESCUIDE. RESPEITE AS INDICAÇÕES DO MANUAL DO UTILIZADOR, SÓ SAIRÁ GANHANDO.**





## Riscos

### Ferramentas manuais

- Corte com navalhas, tesouras de poda...
- Golpes com pás, enxadas, ancinhos, etc
- Micro traumatismos em processos de corte repetitivos como poda, colheita, etc.
- Protecção de partículas pela utilização destas ferramentas e na preparação dos gumes.



## Medidas Preventivas

### Ferramentas manuais

- Seleccione a ferramenta adequada para o trabalho que se tem que realizar e use-as unicamente nas operações para as que foram desenhadas.
- O comprimento do cabo da ferramenta deve ser ajustado às proporções físicas do utilizador para evitar no possível inclinações de tronco superiores a 20° durante o uso da ferramenta.
- Durante o uso de ferramentas, procure manter a mão e o braço alinhados evitando flexionar o pulso.
- Mantenha as ferramentas em bom estado e guarde-as num lugar seguro depois da sua utilização.

# NÃO





## Medidas Preventivas

- Reveja-as periodicamente, deitando fora aquelas que se encontram em mau estado (cabos lascados, frouxos ou torcidos, gumes dentados, etc.).
- Utilize os equipamentos de protecção individual necessários para cada ferramenta:

**Óculos:** uso de tesouras, alicates, enxadas, picaretas, machados,...

**Luvas:** para o uso de todas as ferramentas, salvo que se manipulem equipamentos onde exista risco de prender ou arraste, por contacto com partes móveis.

**Calçado de segurança com ponteira reforçada:** ao utilizar machados, tesouras, machados, picaretas, maços...

# SIM





## **RISCOS E MEDIDAS PREVENTIVAS ESPECÍFICAS**





### Riscos Específicos

#### Tractor e Maquinaria Agrícola Auto-propulsada (Ceifeiras, Motogadanheiras, Motocultivadores...)

- Preso por se voltar a máquina.
- Preso em transmissões e órgãos em movimento da maquinaria.
- Quedas ao mesmo e a distinto nível ao subir e/ou descer os degraus de acesso aos postos de condução.
- Cortes e furos com ferramentas durante a execução de pequenos trabalhos de manutenção na maquinaria.
- Acidentes de circulação.
- Incêndios.
- Exposição a ruídos e vibrações.



### Medidas Preventivas

#### Tractor e Maquinaria Agrícola

- Não arranque a máquina fazendo uma ligação ao motor de arranque já que desta forma se anulam os dispositivos de segurança que impedem que a máquina arranque com uma mudança posta, com o conseguinte perigo de movimentos incontrolados de atropelamentos.
- As tarefas de manutenção realizá-las-á conforme o indicado nas instruções do manual do fabricante do equipamento.
- Não efectue trabalhos de manutenção na máquina com o motor a trabalhar. Não se esqueça de voltar a colocar todos os dispositivos de protecção que tenham sido tirados durante a sua limpeza, conservação ou reparação.





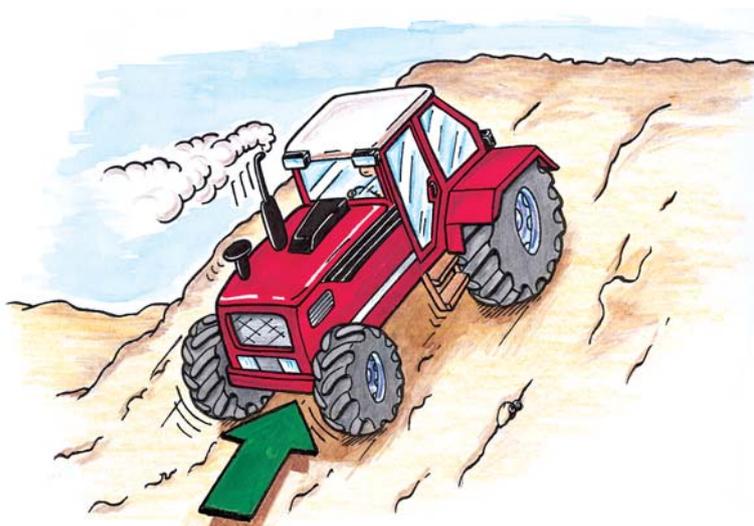
### Medidas Preventivas

- Não deixe a trabalhar a máquina numa garagem ou alpendre fechado. Os gases de escape são tóxicos e a partir de certo nível de concentração podem causar a morte em poucos segundos.
- Inspeccione se os pneus têm cortes na banda de rodagem e bandas laterais. Um pneumático em mau estado pode rebentar e fazer perder o controlo da máquina.
- Reveja periodicamente a pressão dos pneus já que se estão insuficientemente cheios produzem-se danos internos e deterioram-se rapidamente e se estão excessivamente cheios podem fazer saltar as rodas dianteiras no solo duro com a conseguinte perda de direcção.



### Medidas Preventivas

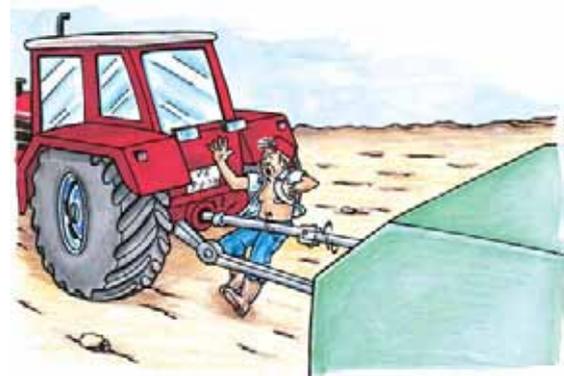
- Não retire os portais ou cabinas de segurança, em caso de virar estes podem-lhe salvar a vida.
- Quando necessite trabalhar em ladeiras, utilize a máquina com o máximo de abertura nas rodas e sempre protegidas com portais ou cabinas de segurança.
- Efectue os arranques e paragens suavemente, embreando lentamente e acelerando progressivamente. Quando suba uma ladeira de pendente elevada, sobretudo com equipamentos suspensos, é conveniente subir de marcha-atrás e descer marcha adiante.
- Não desça nunca pendentes com o motor desembreado e sem uma velocidade engrenada.





## Medidas Preventivas

- Em trabalhos próximos a lindes em desnível não apurar em excesso o trabalho, mantenha uma distância de prevenção em relação às valetas, canais, regos, taludes, sarjetas, etc., já que pode ceder o terreno e propiciar que se vire a maquinaria.
- Quando instalar uma pá carregadora frontal num tractor, extime as precauções, circule sempre com a pá na posição mais baixa possível, evite os arranques e paragens bruscas, assim como as viragens rápidas e menos ainda se levar a pá levantada.
- Quando circule pela estrada com máquinas agrícolas, trave os pedais de travão para que trabalhem juntos, já que se circula rápido e se pisa somente um pedal de travão, pode-se produzir a viragem. Transite pelas bermas e lembre-se de ligar o pirilampo e a ligação eléctrica de iluminado para o reboque.
- Não use roupa solta ao se aproximar às peças em movimento das máquinas, em especial às tomadas de força dos tractores e as suas transmissões. Deixe sempre montados e em bom estado os dispositivos de segurança como resguardos, protecções de Correias, etc....
- Mantenha os degraus de acesso à cabine de condução limpos e secos de barro e sujidade.



## Medidas Preventivas

- Não salte para o chão desde a máquina, pois existe o perigo de agarrar-se a roupa ou tropeçar com pedais e alavancas, assim como cair sobre um chão desigual e lesionar-se nos pés, tornozelos, etc.
- Se a máquina ficar atascada no barro, o procedimento correcto para a tirar é o seguinte:
  - Cavar o barro por trás das rodas motrizes.
  - Colocar tábuas detrás das rodas motrizes para proporcionar uma base sólida e tratar de retroceder lentamente. Não colocar nunca as tábuas à frente das rodas motrizes e tentar sair em frente visto que se corre o risco de que a máquina se volte para trás.
  - Pedir ajuda de outro tractor.
- Não aproxime nunca chamas a baterias de arranque da máquina já que se pode provocar a explosão da bateria.
- Está proibido transportar pessoas no tractor e na máquina agrícola pelo que esta só será utilizada pelo condutor da mesma.





### Riscos Específicos

#### Maquinaria e Equipamentos Agrícolas (Aduadoras, Alfaias, Equipamentos de Tratamentos, Ceifeiras, Enfardadeiras).

- Ficar preso em engrenagens, pontos de atropelos, pontos de arrasto, etc...
- Cortes e amputações em arestas de corte e áreas de cortes das máquinas.
- Golpes e esmagamentos no acoplamento e desengate de alfaias e ao realizar intervenções nas máquinas.
- Queimaduras por projecção de fluidos a grande pressão.



### Medidas Preventivas

#### Maquinaria e Equipamentos Agrícolas

- Antes de utilizar uma máquina pela primeira vez e perante qualquer dúvida sobre a sua utilização e manutenção, deverá consultar o manual de instruções do fabricante, tendo especial atenção às recomendações de segurança e de saúde.
- Na máquina encontrará pictogramas de segurança que deverá interpretar
- As engrenagens de todas as máquinas existentes na exploração que possam entrar em contacto com qualquer parte do corpo incluído o cabelo ou a rapo devem estar totalmente protegidas.
- Quando por causa de tarefas de reparação ou manutenção se retirem os elementos de protecção, estes voltar-se-ão a colocar sempre antes de pôr a máquina em funcionamento.
- Sob nenhuma circunstância devem ser realizados trabalhos de reparação e ou manutenção até que todas e cada uma das partes das máquinas estão detidas e devem ser adoptadas todas as medidas oportunas para que ninguém possa accionar acidentalmente a máquina (segundo as particularidades de cada equipamento deverá retirar a chave de contacto, bloquear os órgãos de comando, assinalar a proibição de uso...).





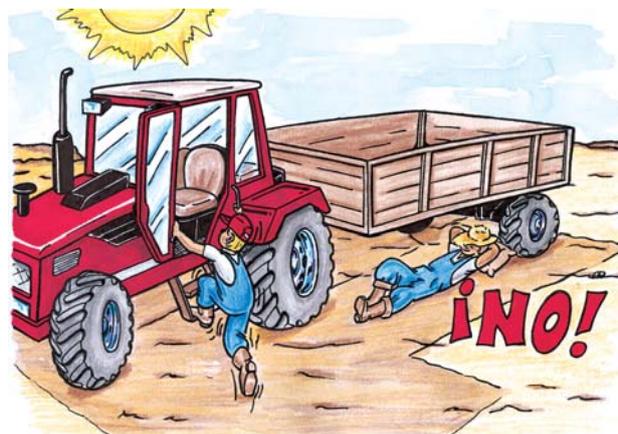
### Medidas Preventivas

- Todo o eixo de transmissão de forças deve estar coberto por um protector certificado e para a sua manutenção seguir-se-ão as indicações do fabricante. Em caso de deterioração dito protector será imediatamente substituído.
- Sob nenhuma circunstância devem ser retirados nem a funda de protecção da tomada de força nem o protector do cardã.
- Por seguro que pareça, todo cardã trabalhando, inclusive com uma protecção em bom estado, entra em risco pelo que se evitará passar por cima.
- Todas as zonas de corte de qualquer máquina agrícola devem estar protegidas e nunca ninguém, sob nenhuma circunstância se deverá colocar dentro do seu raio de acção.
- Quando for preciso desenvolver trabalhos de manutenção em veículos ou alfaias, se for possível bloqueie os elementos de arranque (retire a chave de contacto) para evitar arranques não previstos. Verifique que estejam correctamente parados e travados.



### Medidas Preventivas

- Extremará as precauções no engate de alfaias quando estas não disponham de sistemas de engate directo já que muitos acidentes têm lugar realizando esta operação.
- As situações de atasco de um órgão de trabalho são especialmente perigosas, pelo qual, quando isto ocorrer, proceder-se-á do seguinte modo:
  - Detenha a máquina num lugar plano e despejado.
  - Pare o motor e coloque o travão de mão da máquina motriz.
  - Espere a que a totalidade dos dispositivos móveis estejam detidos.
  - Efectue a operação prevista.





## Riscos Específicos

### Motosserras

- Cortes por contacto directo com a corrente, queda, ressalto, puxões e recuo do equipamento.
- Stress muscular por vibrações da ferramenta.
- Projecção de partículas.
- Entalões, golpes e quedas de troncos e ramas.
- Manipulação de líquidos inflamáveis (gasolina).



## Medidas Preventivas

### Motosserras

- Para o seu manuseamento é obrigatório ter formação específica.
- Seleccione o modelo de equipamento mais adequado para o tipo de corte.
- Utilize os Equipamentos de Protecção Individual estabelecidos no manual do fabricante. Entre outros:
  - Máscara de Protecção / Óculos de Segurança
  - Roupa anti-corte
  - Botas de segurança anti-corte
  - Luvas de Protecção
  - Capacete
  - Protecção Auditiva.
- Respeite as indicações do manual de instruções do equipamento.
- Utilize recipientes adequados para o transporte de gasolina.
- Segurar obrigatoriamente a motosserra com as duas mãos.





## Riscos Específicos

### Escadas Manuais

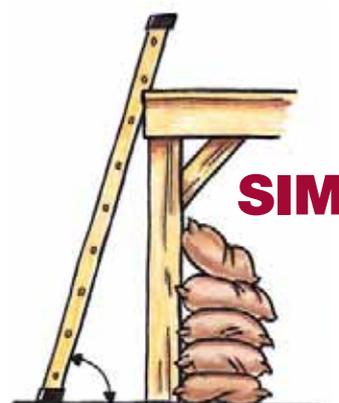
- Quedas ao mesmo nível durante o transporte.
- Quedas a distintos níveis durante a utilização.
- Golpes no transporte e manipulação das escadas.
- Quedas de objectos sobre pessoas.
- Quedas a distintos níveis durante a realização de trabalhos sobre árvores e coberturas de naves.



## Medidas Preventivas

### Escadas Manuais

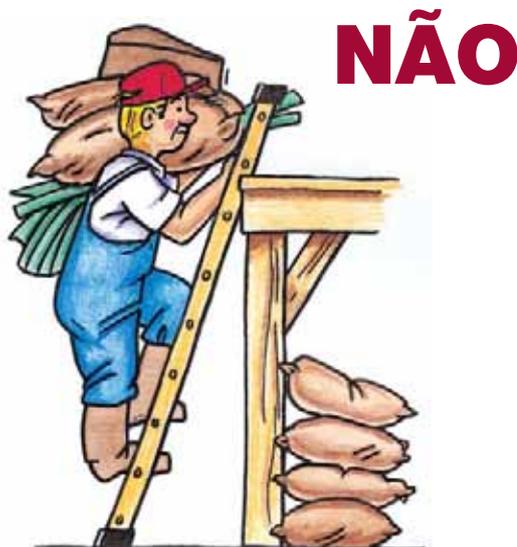
- As escadas de mão deverão ter sempre as garantias necessárias de solidez, estabilidade, segurança. Antes de as utilizar comprove:
  - Quando forem de madeira, os caixilhos serão de uma única peça e os degraus estarão bem encaixados e não só pregados.
  - As escadas de madeira não se devem pintar salvo com verniz transparente, para evitar que fiquem ocultos possíveis defeitos.
  - Quando se utilizam para aceder a lugares elevados ultrapassarão em 1 m os pontos superiores de apoio.
  - Não utilizará escadas de mão com mais de 5 m de comprimento, cuja resistência não tenha garantias.
  - A base da escada ficará solidamente assente e assegurar-se-á a sua estabilidade antes da sua utilização.
- Nas escadas simples, a parte superior sujeitar-se-á, se for necessário, ao paramento sobre o qual se apoia e quando o apoio não for estável sujeitar-se-á ao mesmo mediante uma braçadeira.
- Mantenha o corpo dentro da vertical da escada.





## Medidas Preventivas

- Proíbe-se o transporte e manipulação de cargas pelas e desde as escadas quando pelo seu peso ou dimensões possam comprometer a estabilidade do trabalhador.
- Colocar-se-ão formando um ângulo aproximado de 75° com o solo. A subida, descida e trabalho fazer-se-á sempre de frente as para mesmas.
- Os trabalhos a mais de 3,5 m de altura do solo, que requerem movimentos ou esforços perigosos para a estabilidade, efectuar-se-ão utilizando um cinto de segurança que deverá estar preso a um ponto estável.
- Revisar-se-ão periodicamente e não se utilizarão por dois trabalhadores ao mesmo tempo.
- As escadas de tesoura ou duplas, de degraus, estarão previstas de correntes ou cabos que impeçam uma abertura demasiado ampla ao ser utilizadas e levarão topos no extremo superior.



## Medidas Preventivas

- Quando não se utilizem as escadas devem-se guardar ao abrigo do sol e da chuva. Nunca as deixar tombadas no chão.
- As escadas de tesoura nunca se utilizarão a “cavalitas” (montadas).
- Quando trabalhe sobre as mesmas, a altura da sua cintura nunca deverá ultrapassar o último degrau e não colocará o corpo fora da vertical destas.
- Não aceda a telhados, cobertas, ou utilize escadas e restantes equipamentos para trabalhos em altura se não dispõe de autorização e formação específica.





## Riscos Específicos

### Manipulação de Pesticidas

- Intoxicações que possam ser agudas, manifestando-se sintomas graves em pouco tempo, ou crónicas, sintomas de menor gravidade e de longa duração.
- Queimaduras devidas ao carácter ácido ou alcalino de alguns produtos ou misturas.
- Reacções alérgicas à matéria activa ou algum dos coadjuvantes com os quais se formula o produto comercial.
- Incêndios e explosões.

Pictogramas e indicações de perigo



E EXPLOSIVO



O COMBUSTIVEL



F FACILMENTE INFLAMÁVEL  
F+ EXTREMAMENTE INFLAMÁVEL



T TÓXICO  
T+ MUITO TÓXICO



Xn NOCIVO  
Xi IRRITANTE



C CORROSIVO



N PERIGOSO PARA O MEIO-AMBIENTE





# Medidas Preventivas

### Manipulação de Pesticidas

- Antes de iniciar os trabalhos de manipulação de pesticidas, tenha em conta que, em determinadas Comunidades Autónomas é perceptivo dispor de autorização que o acredite como manipulador/aplicador de produtos pesticidas.

O risco de intoxicação depende da toxicidade do princípio activo (em função do grupo químico ao qual pertence), do tempo de exposição (tempo de contacto com o pesticida), das condições de manipulação e aplicação, do tipo de formulação (pó, grânulos, líquidos emulsionáveis, etc.), da via de entrada, das condições ambientais e do conhecimento do risco por parte do trabalhador.

### VÍAS DE ENTRADA DO TÓXICO NO ORGANISMO

**Via digestiva:** O pesticida pode chegar à boca ao comer, beber ou fumar, ao mesmo tempo que se manipulam estes produtos, assim como ao levar-se à boca peças de máquinas e equipamentos, como boquilhas ou outros elementos em contacto com eles. Também, ao ser confundidos com outras bebidas, quando se utilizam recipientes de uso doméstico para os guardar.

**Via respiratória:** Os pesticidas podem-se encontrar suspensos na atmosfera em forma de pequenas partículas (pó, nevoeiro..., etc.), podendo chegar aos pulmões junto com o ar que respiramos. Esta situação pode-se agravar se se fazem tratamentos em locais fechados ou mal ventilados como estufas, estábulo, armazéns, etc.

**Via dérmica:** Os pesticidas podem-se pôr em contacto com a pele por derrames, salpicos, uso de roupa contaminada, etc. A intoxicação pode ser mais grave em caso de se tratar de um líquido, está concentrado ou se existe transpiração.

**Via parental:** As feridas, escoriações e lesões da pele em geral, facilitam a entrada dos tóxicos no corpo, devendo ser protegidos do contacto com eles.



## Medidas Preventivas

### PROTECÇÃO DO MANIPULADOR

1. Adquirir os produtos nas suas embalagens originais, em estabelecimentos autorizados e solicitar a ficha de segurança do produto, ao fornecedor.
2. Ler atentamente a ficha de segurança do produto e a etiqueta, cumprindo rigorosamente as recomendações tanto de segurança como técnicas especificadas nela.
3. Adotar as precauções desde as operações prévias, ao medir a quantidade de produto, vertê-lo, misturá-lo ou carregá-lo. Efectuar estas operações ao ar livre ou num local bem ventilado.
  - 3.1. Verificar que utiliza o equipamento adequado que se especifica na ficha de segurança do produto (fato, luvas, óculos ou viseira, máscara, etc.) e comprovar as especificações dos EPI seleccionados.
4. Ao realizar a aplicação:
  - 4.1. Utilizar máquina de pulverização ou de espalhar adequada e em bom estado. Não trabalhar contra o vento, não desobstrua as boquilhas obturadas soprando com a boca mas sim com água ou uma sonda branda, nem tente limpar as boquilhas quando a bomba está em funcionamento ou quando o depósito está sob pressão.
    - Em trabalhos com “mochila” proteger as costas com plásticos ou roupa impermeável.
  - 4.2. Levar roupa de trabalho adequada: esta deve cobrir a maior parte do corpo, sem deixar zonas expostas a um contacto possível com os produtos. Recomenda-se realizar os tratamentos durante as horas frescas do dia. Deve levar mangas e calças compridas, sem roturas nem partes desgastadas. Utilizar elementos de protecção impermeáveis que lhe cubram a cabeça. Preferentemente utilizar roupa de trabalho. A roupa normal pode-se adaptar como roupa de trabalho, sempre que a guardar separadamente e a reservar só para este uso. A roupa de trabalho deve-se lavar depois de cada uso. As lavagens devem ser efectuadas sem a misturar com roupas utilizadas para outros usos diferentes da fumigação.
  - 4.3. Deve usar luvas durante os tratamentos já que as mãos são a maior parte das vezes as mais expostas do corpo ao contacto com os produtos. Deve escolher luvas que se adaptem comodamente, flexíveis para permitir operar com agilidade e suficientemente compridas para que cubram os pulsos, levando-as por dentro das mangas. Recomendam-se as luvas de latex ou de borracha natural.
  - 4.4. As botas que oferecem a melhor protecção e são facilmente laváveis depois de cada jornada de trabalho são as de borracha. Estas devem ficar sempre por baixo das calças.





## Medidas Preventivas

- 4.5.** Protecção respiratória. Para se proteger do perigo de inalação de pós ou vapores soltos durante a manipulação e aplicação dos produtos utilize máscaras de protecção. A máscara a utilizar deverá ajustar-se às particularidades do pesticida.
- 4.6.** As máscaras de pulverizar só serão empregues nos tratamentos e nunca para transportar água para dar de beber a pessoas ou a animais.
- 5.** Precauções depois do tratamento.
- 5.1.** Limpe o material de aplicação empregue e substitua as peças desgastadas, como boquilhas, borrachas, etc.
- 5.2.** Depois de fazer os tratamentos, lave a cara e as mãos antes de comer, beber ou fumar. Ao terminar a jornada, tome um duche e lave a roupa de trabalho, luvas e botas. Mude a roupa no centro de trabalho, não a leve para casa.
- 5.3.** Não destrua ou elimine as embalagens, siga as disposições regulamentarias para gerir os resíduos.
- 6.** Armazenamento.
- 6.1.** Coloque os pesticidas fora do alcance das crianças e dos animais domésticos, longe de alimentos e bebidas, num local bem ventilado, fresco e seco, separado de habitações ou estábulos e se for possível fechado à chave.
- 6.2.** Conserve os produtos nas suas embalagens de origem, bem fechados com as suas etiquetas e ordenados por categorias (não misturar no mesmo lugar herbicidas com insecticidas). Não utilize embalagens de uso doméstico para armazenar pesticidas já que se podem confundir estes com alimentos ou bebidas.
- 6.3.** Observe a sinalização das instalações: por exemplo, se na entrada de um armazém se indica "Armazém de produtos químicos" e aparece o símbolo de perigo, este local deve situar-se longe de materiais que ardem facilmente (feno, palha, madeiras, etc.).
- 6.4.** Identifique a localização dos meios de protecção (extintores, saídas de emergência, caixa de primeiros socorros (caso necessite destes, mantenha-os visíveis, não bloqueie o seu acesso e comunique as anomalias que observa).
- 6.5.** Mantenha devidamente o etiquetado das embalagens utilizados na trasfega dos produtos químicos.

# NÃO



# NÃO





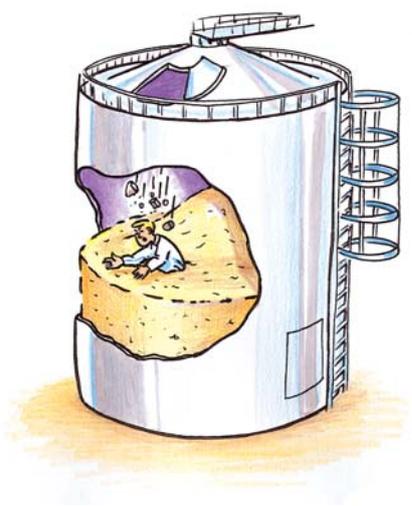
## Riscos Específicos

### Espaços Confinados

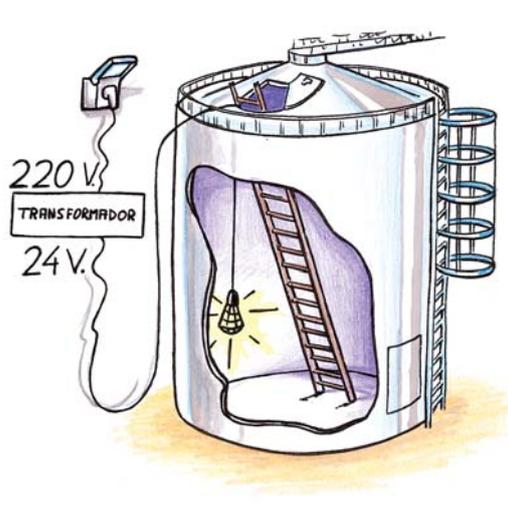
No sector agropecuário existem numerosos lugares considerados como espaços confinados (tanques, poços, fossos, depósitos, etc.). Que apresentam os riscos seguintes:

- Quedas a distinto nível dentro de fossos, poços, etc.
- Inalação de gases, fumos, vapores, ... que possam provocar asfixia ou intoxicação.
- Explosão por concentração na atmosfera de poses ou gases explosivos.
- Choques contra objectos imóveis, paredes, máquinas, etc.
- Projecção de fragmentos e partículas sobre os olhos ou pelo uso de aparelhos a pressão.
- Projecção de líquidos em olhos, cara, etc., tendo como consequência queimaduras, se são líquidos corrosivos ou cáusticos.
- Risco eléctrico pelas paredes metálicas, humidade, devido à iluminação portátil ou equipamentos eléctricos que possamos levar.
- Risco de ficar enterrado por queda de materiais aderidos às paredes e tectos dos silos, armazéns, tanques, etc.

**PRECAUÇÃO: NÃO EFECTUAR COMPROVAÇÕES COM PAPEL ARDENDO, VELAS... PARA AVERIGUAR AS GARANTIAS DE ACESSO A UM ESPAÇO CONFINADO**



Não efectue em solitário trabalhos de risco!



Utilize iluminação portátil com tensão de segurança!



## Medidas Preventivas

### Espaços Confinados

- Só poderá aceder se dispõe de um procedimento específico de trabalho e conta com a autorização oportuna.

Só poderão trabalhar pessoas autorizadas e nunca em solitário, deve contar com vigilância permanente desde o exterior e prever as medidas e equipamentos para actuar em caso de emergência.

### UM GRANDE NÚMERO DE MORTOS EM ESPAÇOS CONFINADOS PRODUZEM-SE AO ACEDER AOS MESMOS PARA SOCORRER ACIDENTADOS.

- Equipe-se com os meios adequados, segundo o acesso ao recinto como escadas, plataformas, etc. consulte o procedimento de trabalho.
- Conforme as normas indicadas no procedimento de trabalho, efectuará um controlo rigoroso da ventilação e uma análise contínua da atmosfera interior com equipamentos específicos de medição.
- Equipe-se com protecções adequadas ao tipo de trabalho que se vai realizar dentro do recinto, como roupa impermeável, capacete, óculos, luvas, calçado isolante e protecção respiratória se fosse necessário.
- Se a altura o requer leve arnês e corda de segurança.
- Se fizer falta luz, só utilizará iluminação portátil de segurança.
- Sempre que vá entrar num silo, armazém, depósito, etc., observe se existem materiais aderidos às paredes e tectos, já que estes são muito perigosos, podendo sepultá-lo em caso de uma queda fortuita. Não entre nestes lugares até que se eliminem estes materiais das paredes e tectos.
- Em áreas classificadas com risco de explosão (armazenamento de cereais, adubos, ...), não utilize ferramentas ou utensílios que possam produzir faíscas (pás metálicas, ferramentas eléctricas não adequadas,...).



## Riscos Específicos

### Instalações Pecuárias

- Golpes e prendimentos por queda de paredes e telhados de instalações.
- Quedas ao mesmo nível por solos irregulares ou resvaladiços.
- Quedas a distinto nível pela existência de escadas insuficientemente protegidas, trabalhos em altura em telhados de fibrocimento, aberturas sem proteger, etc.
- Asfixia ou explosão ao realizar trabalhos pontuais de manutenção em silos.
- Prendimentos por quedas de placas, sacas e outros materiais amontoados.
- Riscos biológicos associados no maneo dos animais.
- Golpes e prendimentos com ferramentas, máquinas e durante o maneo do gado.
- Riscos eléctricos.



## Medidas Preventivas

### Instalações Pecuárias

- Comprovará a segurança estrutural de todas as instalações utilizadas, dando conhecimento ao responsável da exploração das imperfeições que observa.
- Quando realize trabalhos em altura utilizará todos os meios acessórios necessários para garantir a sua segurança física (cintos anti-quedas, redes de segurança, etc.).
- As escadas fixas que tenham mais de 4 m disporão pelo menos a partir dessa altura, de uma protecção circundante.
- Nunca e sob nenhuma circunstancia efectuará reparações com ferramentas eléctricas ou soldadura no interior de silos e evitará qualquer actuação que pudesse gerar chamas ou faíscas entre outras, operações de soldadura, maçaricos,...
- Para a utilização dos equipamentos de lavagem a pressão e bombas de fertilizantes utilizará os equipamentos de protecção (óculos, luvas de pele, luvas de borracha, etc.) e seguirá as instruções indicadas no manual pelos fabricantes dos equipamentos.





## Riscos Específicos

### Zoonoses (Doenças Transmitidas pelos Animais)

- Brucelose ou febre-de-malta.
- Carbúnculo, antrax ou pústula maligna.
- Leptospirose.
- Mormo.
- Quisto hidático.
- Raiva.
- Tétanos.
- Tuberculose.

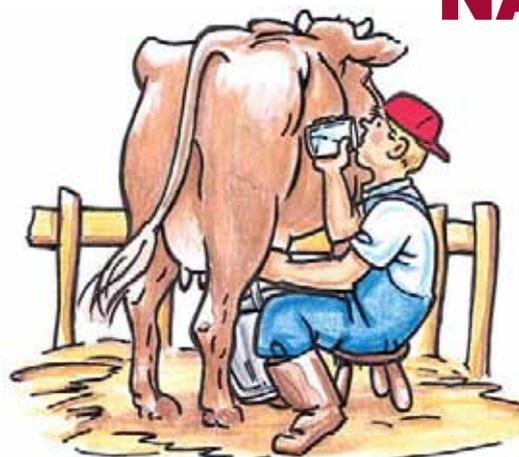


## Medidas Preventivas

### Zoonoses (Doenças Transmitidas pelos Animais)

- Utilize sempre que assista às fêmeas nos seus partos, luvas de borracha, e lave-se bem ao finalizar o trabalho.
- Não tome produtos lácteos (leite, queijos, ...) que antes não tenham sido fervidos.
- Desinfecte periodicamente os estábulos, vacarias, etc., com o objectivo de controlar as moscas, carraças, insectos, etc., transmissores de doenças.
- Submeta os animais às inspecções veterinárias.
- Lave e desinfecte imediatamente qualquer ferida que lhe produza.
- Utilize equipamentos de protecção individual contra riscos biológicos (luvas de borracha, máscaras, etc.), quando manipule animais mortos ou doentes.
- Elimine os cadáveres dos animais de acordo com as normas oficiais estabelecidas. Consulte o seu veterinário de zona que lhe indicará como fazê-lo.

**NÃO**

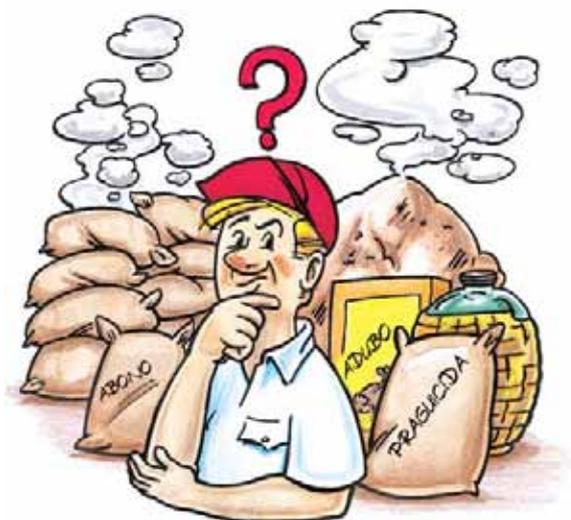




### Riscos Específicos

#### Armazenamento de Adubos e Pesticidas

- Contacto com substâncias químicas perigosas.
- Incêndios e/ou explosão.
- Intoxicações.



### Medidas Preventivas

#### Armazenamento de Adubos e Pesticidas

- Os locais estarão construídos com materiais não combustíveis de tal forma que os materiais armazenados estejam protegidos das temperaturas exteriores extremas e da humidade.
- Estarão dotados de ventilação natural ou forçada que tenha saída para o exterior.
- Não armazene adubos e pesticidas juntos.
- Os pesticidas devem-se armazenar por grupos de acordo com as suas diferentes categorias de perigo (inflamável, combustível, corrosivo, tóxico, etc.) e incompatibilidade.
- Os armazéns de pesticidas estarão fechados à chave, disporão de um extintor e assinalar-se-ão na entrada com a palavra veneno e o pictograma correspondente.
- A manipulação de adubos nitrogenados pode causar danos na pele devido à sua acção cáustica. Na manipulação de qualquer tipo de adubo utilize luvas.
- Na utilização de nitrato amoníaco deverão tomar-se as precauções seguintes:
- Não se armazenará na sua proximidade cloreto potássico.
- Não se misturará com substâncias orgânicas.
- Proibir-se-á fumar e não se aproximará a fogos vivos durante a sua manipulação.
- Quando se “enterra” não se golpeará com ferramentas metálicas para o esmiuçar.
- Os adubos nitrogenados, em especial os de riqueza superior a 28% em nitrogénio, podem ser explosivos, pelo qual os armazenamentos se distanciarão de materiais inflamáveis, líquidos combustíveis, etc.



## Riscos Específicos

### Exposição a Temperaturas Ambientais Extremas

#### Calor

- Desidratação.
- Golpe de calor.
- Insolação.
- Transtornos cutâneos e cardíacos.

#### Frío

- Hipotermia.
- Falta de sensibilidade em extremidades, o que pode provocar todo o tipo de acidentes.



## Medidas Preventivas

### Exposição a Condições Ambientais Extremas

#### Calor

- No verão organize as tarefas de forma que as que requerem maior esforço ou exposição directa ao sol, se efectuem nas horas de menor insolação.
- Utilize roupa adequada e proteja a cabeça com bonés ou chapéus.
- Preveja lugares adequados para os descansos: Sombras, casotas, etc.
- Beba líquidos em abundância.

#### Frío

- Disponha de instalações de repouso cómodas e quentes.
- Ingira alimentos ou bebidas quentes, não é recomendável tomar bebidas alcoólicas, já que produzem uma vasodilatação periférica inicial que aumenta a perda de calor.
- Utilize roupa de protecção isolante adequada à temperatura existente.
- Perante uma hipotermia aqueça a pessoas com cobertores, banhos de água quente (de 35 a 37°C). Não aplique nunca calor directo como o procedente de lumes, estufas ou braseiros.

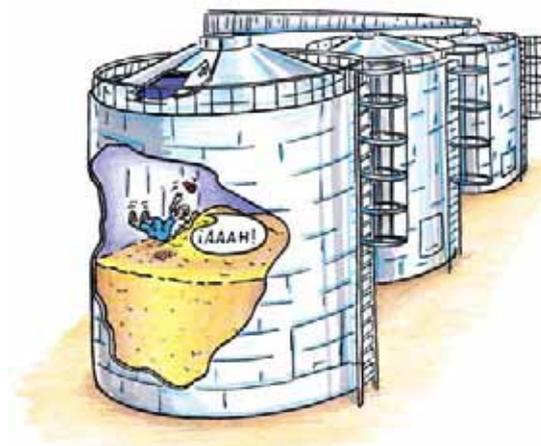




## Riscos Específicos

### Trabalhos em Solitário

- Falta de ajuda e auxílio depois de um acidente.



## Medidas Preventivas

### Trabalhos em Solitário

- Garanta o contacto pessoal mediante telemóvel, radiotelefone, para poder avisar outras pessoas quando se encontre numa situação de emergência.
- Antes de começar os trabalhos em solitário, informe-se sobre se é necessário prever uma actuação especial em situação de emergência.





## Riscos Específicos

### Trabalhos em Estufas

- Cortes, arranhões e /ou furos com arames em partes do corpo, inclusive olhos.
- Quedas ao mesmo nível por solos irregulares ou por condutas/mangueiras de rega em zonas de passagem.
- Quedas a distinto nível e afogamentos por quedas em tanques de água para rega.
- Quedas a distinto nível por se subir em caixas de plástico para atar ou tutorar a planta.
- Os relativos à manipulação e exposição a produtos fitossanitários.



## Medidas Preventivas

### Trabalhos em Estufas

- Evite a deterioração estrutural dos locais de trabalho, corrigindo com rapidez as possíveis deficiências, como o estado da armação de arame, eliminando ou protegendo extremos salientes acessíveis que possam produzir golpes, furos, etc.
- Distribua adequadamente as mangueiras/condutas de rega para evitar que cruzem zonas de passagem.
- Nas passagens de tutores ou de acesso às partes altas das plantas não utilize caixas, coloque plataformas ou outros elementos que lhe ofereçam estabilidade.





### Medidas Preventivas

- A totalidade dos caminhos e vias deverão manter-se em óptimas condições de uso para pessoas e veículos que deverão circular por eles. Em geral, devem reunir boas condições de compactação e conservação que permitam uma circulação segura de veículos e máquinas.
- Na execução das tarefas de branqueio e reparação do plástico de estufas assegure-se que se realizem com equipamentos (andaimos, escadas portáteis, rampas, bancas, etc.) devidamente montados e que contem com todos os elementos de protecção instalados (corrimãos, réstias, etc...).



### Medidas Preventivas

- Reveja a protecção dos tanques ou outras instalações para o armazenamento de água de rega. Estas devem estar protegidas mediante cercas ou elementos que impeçam o acesso às mesmas e que disponham de cordas ou malhas salva-vidas dentro dos mesmos.
- Tenha precaução com as portas corrediças, estas devem ir previstas de um sistema de segurança que as impeça de sair dos carris e cair.

Com respeito da aplicação dos produtos pesticidas no interior das estufas deve-se ter especial precaução:

- Nunca trabalhe sozinho quando aplique pesticidas.
- Utilize os seguintes equipamentos de protecção individual:
  - Roupa impermeável que lhe cubra todo o corpo e que se ajuste perfeitamente no pescoço, pulsos, joelhos. Proteja a cabeça.
  - Botas de borracha altas.
  - Luvas impermeáveis que cubram pulsos e antebraços.
  - Máscara com filtro adequado ao pesticida, realizando um uso e manutenção adequado da mesma.





# **NORMAS DE ACTUAÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIAS**





## Medidas para a Prevenção de Incêndios

- Mantenha sempre a ordem e a limpeza em todas as dependências.
- Não sobrecarregue as tomadas. Se utiliza placas ou extensões, para ligar diversos aparelhos eléctricos a um mesmo ponto da rede, consulte previamente pessoal qualificado.
- Não fume em lugares onde possa resultar perigoso (estábulo, armazéns de palha, silos, etc.).
- Não aproxime focos de calor a materiais combustíveis.
- Inspeccione o lugar de trabalho ao fim da jornada laboral. Se for possível, desligue os aparelhos eléctricos que não se necessitem manter ligados.
- Se detectar qualquer anomalia na instalação eléctrica ou de protecção contra incêndios, comunique-o ao responsável da exploração.
- Não obstaculize os percursos, saídas de evacuação, sinalização e acesso a extintores, bocas-de-incêndio, quadros eléctricos, etc.

**NÃO**



## Actuação em Caso de Incêndio

- Se descobrir um incêndio, mantenha a calma e dê imediatamente o alarme.
- Em caso de se encontrar sozinho, saia do local incendiado e feche a porta sem chave. Não ponha em perigo a sua integridade física.
- Comunique a emergência conforme as normas estabelecidas.
- Não abra uma porta que esteja quente, o fogo está próximo. Se tiver que o fazer, abra-a muito lentamente.
- No caso de se incendiarem as roupas, não corra, estenda-se no chão e comece a rebolar.
- Se tiver que atravessar uma zona ampla com muito fumo, procure ir agachado; a atmosfera é mais respirável e a temperatura mais baixa. Ponha um lenço húmido cobrindo o nariz e a boca.
- Se achar possível apague o fogo mediante extintores, utilize-os actuando preferivelmente com outro companheiro. Situe-se entre a porta de saída e as chamas.
- Utilize o extintor com o produto mais apropriado ao tipo de fogo que tenha.
- Se o incêndio é no campo, deve-se trabalhar sempre em equipa e nunca se distanciar do grupo. Se houvesse perigo de ficar apanhado pelo fogo nunca procure uma saída ladeira acima, mas sim pelos lados.





## Actuação em Caso de Incêndio

UTILIZAÇÃO DE AGENTES EXTINTORES				
AGENTE EXTINTOR	TIPOS DE FOGOS			
	Tipo «A» Materiais sólidos	Tipos «B» Combustíveis Líquidos	Tipo «C» Combustíveis Gasosos	Tipo «D» Metais quimicamente muito activos
Água a chorro	☆☆	×	×	×
Água pulverizada	☆☆☆	☆	×	×
Espuma física	☆☆	☆☆	×	×
Pó polivalente	☆☆	☆☆	☆☆	×
Pó seco	×	☆☆☆	☆☆	×
Neve carbonica (anhídrido carbónico)	☆	☆	×	×

☆☆☆ Excelente    ☆☆ Bom    ☆ Aceitável    × Não aceitável

**PRECAUÇÃO:** É perigoso utilizar água ou espuma em fogos de equipamentos, em presença de tensão eléctrica ou em fogos de tipo "D" (metais quimicamente muito activos).



## Actuação em Caso de Acidente

**1** PROTEGER

**2** AVISAR

**3** SOCORRER

RECONHECIMENTO DE SINAIS VITAIS

**A** CONSCIÊNCIA  
**B** RESPIRAÇÃO  
**C** PULSAÇÃO

**LEMBRE QUE O ACIDENTADO DEVE SER TRATADO COM URGÊNCIA NÃO DESLOCADO COM URGÊNCIA**





## Resuscitação Cardiopulmonar

### BOCA A BOCA MASSAGEM CARDÍACA

O ritmo no boca a boca e massagem cardíaca é:

**30 COMPRESSÕES E 2 INSUFLAÇÕES (100 COMPRESSÕES POR MINUTO)**



- Assegure-se que as vias respiratórias estejam livres.



- Mantenha para trás a cabeça do acidentado.



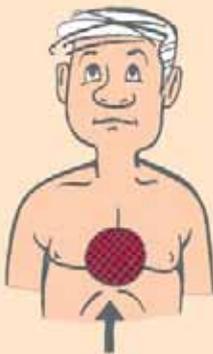
- Mantenha para cima a sua mandíbula.



- Aplique os lábios sobre a boca do acidentado e insuflar ar obturando-lhe o nariz.



- Se a boca da vítima está fechada e os seus dentes apertados, tape-lhe os lábios com o dedo polegar para evitar que o ar se lhe escape, ao ser-lhe insuflado pelo nariz.



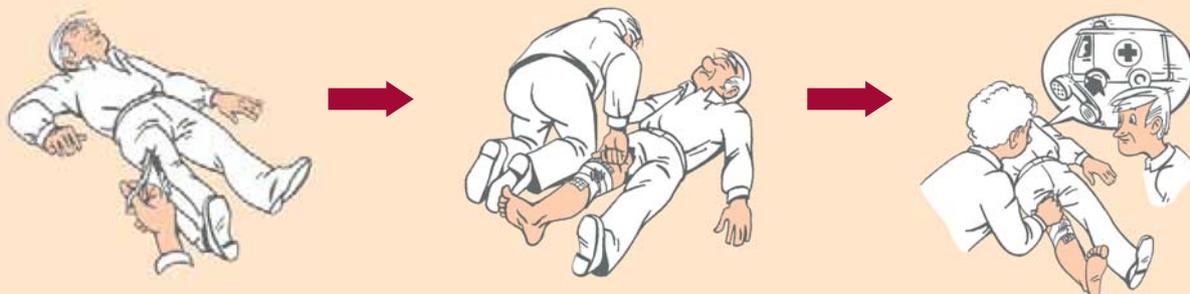
- Ponto da massagem cardíaca.



- Posição das palmas das mãos na massagem cardíaca.



## Hemorragias



- Aplique gazes ou panos limpos sobre o ponto que sangra.
- Se não cede, junte mais gazes encima da anterior e faça mais compressão.
- Aperte com os dedos em cima da artéria que sangra.
- Desloque-o ao centro médico mais próximo.



## Feridas



- Não manipule a ferida.
- Lave-a com água e sabão.



- Não use pomadas.
- Tape-as com gaze esterilizada.



## Queimaduras



- Aplique água abundante sobre a zona queimada num mínimo de 15 minutos.
- Tire a roupa, anéis, pulseiras, etc, impregnadas de líquidos quentes.



- Não use pomadas.
- Cubra-as com gaze esterilizada.
- Desloque-o ao centro médico mais próximo.



## Desmaios



- Deite-o com a cabeça mais baixa que o resto do corpo.



## Convulsões



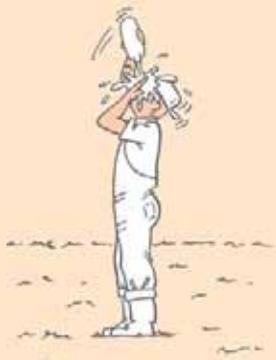
- Não impedem seus movimentos.
- Colócale deitado onde não pode machucar.
- Voltéale suavemente para o lado para facilitar a respiração



## Projeções

### Projeções químicas nos olhos

- Lavagem com água abundante a temperatura ambiente  $>15^{\circ}$ .
- Não esfregar os olhos.
- Deslocamento ao Centro Médico.



### Corpo estranho nos olhos

- Não manipular.
- Não esfregar o olho.
- Tapar o olho com uma gaze limpa e desloque-o ao Centro Médico.





## Tóxicos

### Em todos os Casos:

- Requerer informação do produto tóxico (**ficha de segurança e etiqueta**). Em seu defeito, ou se requer mais informação, ligar para o Serviço de Informação Toxicológica: **Tel. (+34) 91 562 04 20**.
- Se há sinais de asfixia, fazer a respiração artificial boca a boca.
- Colocar a vítima deitada em posição de segurança (ver figura) e evitar que se esfrie tapando-a com uma manta.
- Deslocar a um Centro Médico.

### Em Caso de ingestão:

- Se está consciente provocar o vômito, salvo que a informação do produto não lho aconselhe (corrosivos, hidrocarbonetos).



Posição de segurança





# **OBRIGAÇÕES DOS TRABALHADORES EM PREVENÇÃO DE RISCOS**



## Obrigações dos Trabalhadores em Prevenção de Riscos



O artigo 29 da Lei de Prevenção de Riscos Laborais (Lei 31/1995 do 8 de Novembro) atribui ao trabalhador a obrigação **de zelar pela sua própria segurança e saúde no trabalho e pela daquelas outras pessoas às que possa afectar a sua actividade profissional.**

Em particular os trabalhadores com regulação no que diz respeito à sua formação e seguindo as instruções do empresário deverão:

- Usar **adequadamente as máquinas**, aparelhos, ferramentas, substâncias perigosas, equipamentos de transporte e, em geral quaisquer outros meios com os que desenvolve a sua actividade.
- Utilizar e **manter correctamente** os meios e equipamentos de protecção facilitados pelo empresário, solicitando a sua reposição em caso de deterioração.
- Não pôr fora de **funcionamento e utilizar correctamente** os dispositivos de segurança existentes.
- Informar de imediato o seu superior hierárquico directo sobre qualquer situação que, a seu ver, seja um risco para a segurança e a saúde dos trabalhadores.
- Cooperar com o empresário para que este possa garantir umas condições de trabalho que sejam seguras e não tenham riscos para a segurança e a saúde dos trabalhadores.
- O incumprimento das obrigações em matéria de prevenção de riscos aos quais se referem os apartados anteriores terá a consideração de incumprimento laboral aos efeitos previstos no artigo 58.1 da Lei espanhola do Estatuto dos Trabalhadores.

## MANUAL DE SEGURANÇA NO SECTOR AGROPECUÁRIO

Recebi o Manual de Segurança e Saúde que inclui os riscos e as medidas preventivas básicas do trabalho e um resumo das obrigações dos trabalhadores contidas no Artigo 29 da Lei de Prevenção de Riscos Laborais (Lei 31/1995 do 8 de Novembro).

B.I.:

---

Data:

---

Nome e assinatura do trabalhador:

---





Edita:  
FREMAP

*Mutua de Accidentes de Trabajo y Enfermedades  
Profesionales de la Seguridad Social N° 61.*

Desenha:  
Imagen Artes Gráficas, S.A.



# FREMAP

Mutua de Accidentes de Trabajo y Enfermedades  
Profesionales de la Seguridad Social Número 61

A S I S T E N C I A

24h

# 900 61 00 61

EN CUALQUIER LUGAR DEL MUNDO +34 91 581 18 09

TAMBIEN MEDIANTE  
SMS

ENVIE MENSAJE AL 91 106 61 61



# FREMAP

Mutua de Accidentes de Trabajo  
y Enfermedades Profesionales  
de la Seguridad Social Número 61

<http://www.fremap.es>



ER-246/2/96



CGM-00/227