



66
PT

FACTS

Agência Europeia para a Segurança e a Saúde no Trabalho

ISSN 1681-2166

Atenção aos perigos no local de trabalho — Conselhos aos jovens

Não acontece só aos outros

Se sofreres um acidente ou a tua saúde for afectada no trabalho, poderás ter de viver com as consequências para o resto da vida. Mesmo no teu primeiro dia de trabalho, algo de grave pode acontecer-te. No entanto, a maioria dos incidentes graves pode ser evitada.

Enquanto jovem no início da vida profissional, podes correr mais riscos que os teus colegas mais velhos. Por seres novo no emprego e no local de trabalho, falta-te a experiência em relação ao trabalho e aos riscos de segurança e saúde que podem estar presentes. Tens direito a um trabalho seguro e saudável, incluindo a formação e supervisão necessárias, bem como o direito de colocar questões e de assinalar situações que não te pareçam seguras. Se tens menos de 18 anos, a lei proíbe-te de realizar alguns trabalhos arriscados devido à inexperiência e possível imaturidade. A presente ficha técnica diz respeito aos riscos no local de trabalho. Uma ficha técnica específica fornece mais conselhos sobre os teus direitos e responsabilidades.

Segundo as estatísticas europeias, a taxa de acidentes de trabalho é 50% mais elevada nos jovens entre os 18 e os 24 anos do que nos trabalhadores de qualquer outra faixa etária.

- Um aprendiz de mecânico de 18 anos morreu quatro dias depois de um acidente em que ficou envolvido em chamas; estava a ajudar o seu chefe a despejar uma mistura de gasolina e gasóleo para um depósito de resíduos quando o combustível explodiu...

Não corres apenas risco de acidente, pois também a tua saúde pode sofrer danos.

- Uma aprendiz de cabeleireira teve uma reacção aos produtos que tinha de utilizar; as suas mãos ficaram cobertas de cortes e bolhas, deixando mesmo de poder segurar um garfo ou uma faca, e acabou por desistir do emprego...

As causas de tais acidentes e problemas de saúde incluem equipamento não seguro, condições «stressantes», trabalho com ritmo elevado, falta de formação e supervisão, e falta de procedimentos e controlo. Além disso, se és menor de 18 anos, o risco de sofreres um acidente é bastante maior quando fazes um trabalho proibido por lei.

Dicas sobre a segurança no trabalho (1):

- não desempenhes tarefas para as quais não recebeste formação adequada;
- se sentes que estás a receber demasiada informação, de forma demasiado rápida, pede ao teu supervisor para abrandar e repetir as instruções;
- não abandones a tua zona de trabalho, a não ser que recebas indicações para tal. As outras zonas podem comportar riscos específicos que desconheces, como cabos eléctricos suspensos, pavimentos escorregadios ou substâncias químicas tóxicas;

- se não tens a certeza de algo, pergunta antes a alguém. Um supervisor ou um colega pode ajudar-te a prevenir um acidente;
- não hesites em solicitar mais formação;
- usa o equipamento de protecção individual adequado para a tarefa, como calçado de segurança, capacete ou luvas. Assegura-te de que sabes quando deves usar o equipamento de protecção, onde encontrá-lo, como utilizá-lo e como cuidar do mesmo;
- informa-te do que deves fazer numa situação de emergência, seja em caso de alarme de incêndio, falha de energia ou outra situação;
- informa imediatamente o teu supervisor da eventual ocorrência de acidentes. O representante dos trabalhadores para a segurança, caso exista, deve igualmente ser informado;
- não ignores os sintomas relativos à saúde, como dores de cabeça, dores, tonturas, comichão na pele ou olhos, nariz e garganta irritados. Se no local de trabalho houver um médico, enfermeiro ou outro pessoal ligado à saúde no trabalho, informa-os. Se consultares o teu médico de família devido a um problema, informa-o sobre o tipo de trabalho que fazes;
- segue os conselhos e instruções que te foram dados — tal inclui fazer pausas, ajustar a cadeira de forma adequada, utilizar o equipamento de segurança.

Algumas questões a colocar ao teu chefe

- Quais os perigos e riscos (?) do meu trabalho?
- Receberei formação e, em caso afirmativo, quando?



(1) Adaptado de recursos em www.ccohs.ca/youngworkers/.

(2) Entende-se por perigo tudo aquilo que possa causar doenças ou lesões e por risco a probabilidade de que esse perigo se concretize.

- > Que medidas devo tomar para me proteger? Devo usar equipamento de segurança?
- > O que devo fazer em caso de emergência? Devo receber formação?
- > A quem devo colocar as questões sobre segurança? Como posso comunicar um acidente, problemas de saúde ou uma situação que me pareça estranha?
- > O que devo fazer em caso de ferimento? Quem é o responsável pelos primeiros socorros?

A que devo prestar atenção ^(?)?

- > **Escorregadelas e tropeções** — São a causa mais comum de acidentes devido a sobrelotação, locais de trabalho desarrumados, derrames no pavimento, cabos de manobras ou pavimentos danificados.
- > **Máquinas e equipamento** — Muitos acidentes são causados por falta de manutenção, falta de dispositivos de protecção, falta de formação, defeitos eléctricos que causam queimaduras, incêndios ou a morte, tentativa de reparação de uma máquina sem a parar antes ou desligá-la da corrente eléctrica. Pode encontrar-se maquinaria perigosa, por exemplo, nas cozinhas de restaurantes e nas fábricas.
- > **Levantamento de cargas** — Pesadas ou instáveis; levantamento de forma incorrecta; ou, não fornecimento de auxílios, como carrinhos.
- > **Trabalho repetitivo e rápido, especialmente em posturas incorrectas e com períodos de descanso insuficientes** — Pode causar dores e danos nos músculos e articulações (perturbações músculo-esqueléticas). Entre os exemplos contam-se o trabalho nas linhas de montagem de fábricas, nas caixas de supermercados ou com a utilização de teclados e ratos de computador.
- > **Ruído** — Os níveis de ruído demasiado elevados podem danificar a tua audição, embora provavelmente não te dêes conta disso, pois tal acontece de forma lenta. Os danos não podem ser reparados. Outros perigos físicos incluem **vibrações e radiação**.
- > **Substâncias químicas** — Incluindo produtos comuns de limpeza, tintas, produtos de cabeleireiro e poeiras. As substâncias encontradas no trabalho podem causar reacções cutâneas alérgicas desfigurantes, asma permanente, cancro ou malformações congénitas. Podem ainda afectar o fígado, o sistema nervoso e o sangue.
- > **Stress** — Pode ter origem na forma de organização do trabalho: volumes de trabalho excessivos, responsabilidades não claras, demasiada pressão. O stress pode também resultar da intimidação por parte de chefes ou colegas.
- > **Violência** — Se trabalhares em contacto com o público. Inclui ofensas verbais e violência física. Não é, de forma alguma, mais um «osso do ofício».
- > **Ambiente de trabalho** — Desconforto causado por calor ou frio, ou problemas mais graves devidos a temperaturas extremas; iluminação insuficiente, etc.

Tipo de trabalho	Exemplos de perigos
Limpeza	<ul style="list-style-type: none"> > Substâncias químicas tóxicas nos produtos de limpeza > Objectos cortantes no lixo > Perigo de escorregadelas e quedas
Catering, restaurantes, fast food	<ul style="list-style-type: none"> > Pavimentos escorregadios > Equipamento de cozinha a altas temperaturas > Objectos afiados
Lojas/vendas	<ul style="list-style-type: none"> > Violência física e ofensas verbais por parte de clientes > Levantamento de cargas > Longos períodos de postura de pé
Trabalho de escritório	<ul style="list-style-type: none"> > Má concepção dos postos de trabalho informáticos > Postura sentada incorrecta > Stress > Assédio
Cuidados com pessoas	<ul style="list-style-type: none"> > Sangue e fluidos corporais contaminados > Levantamento de cargas e posturas incorrectas > Violência física e ofensas verbais > Perigo de escorregadelas e quedas
Cabeleireiros	<ul style="list-style-type: none"> > Posturas incorrectas > Longos períodos de postura de pé > Substâncias químicas alergénias nos produtos capilares
Trabalho em fábricas	<ul style="list-style-type: none"> > Máquinas perigosas > Trabalho com ritmo elevado > Perigo de escorregadelas e quedas > Perigo de transporte, por exemplo, com empilhadores

Reivindica os teus direitos e age de forma responsável

Os teus direitos no trabalho:

1. Direito de saber
2. Direito de participar
3. Direito de recusar trabalho não seguro

O trabalho não é um jogo e tens a responsabilidade de:

- > colaborar com o teu patrão nas questões de segurança e saúde;
- > seguir os procedimentos de segurança para te protegeres a ti e aos teus colegas de trabalho;
- > utilizar ou usar os dispositivos de protecção.

Informa-te: informações sobre os jovens e a segurança no trabalho em <http://ew2006.osha.eu.int/>; informação sobre os perigos e riscos específicos em diferentes locais de trabalho em <http://osha.eu.int>; as fontes de informação incluem a autoridade nacional de segurança e saúde, os sindicatos e as associações profissionais do teu país.

Informações adicionais

Para mais informação sobre a legislação nacional de Portugal nesta matéria consulte <http://www.ishst.pt>

(?) Adaptado de www.tuc.org.uk/tuc/rights_worksafe.cfm.

Agência Europeia para a Segurança e a Saúde no Trabalho

Gran Vía, 33, E-48009 Bilbao
Tel.: (34) 944 79 43 60, fax: (34) 944 79 43 83
E-mail: information@osha.eu.int