



Direção dos Serviços de Pessoal

Repartição de Segurança e Saúde no Trabalho

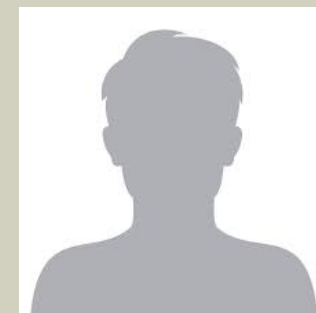
## **PREVENÇÃO DE ACIDENTES**

### **EM MISSÕES DE**

## **FORÇAS NACIONAIS DESTACADAS**

8ª FND/CAtMec/ROU  
(RI13)

15OUT25



SCH ENG PEDRO MOÇO

SINTESE  
BIOGRÁFICA



Direção dos Serviços de Pessoal

Repartição de Segurança e Saúde no Trabalho

## **PREVENÇÃO DE ACIDENTES**

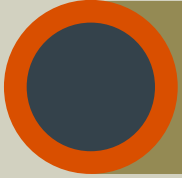
### **EM MISSÕES DE**

## **FORÇAS NACIONAIS DESTACADAS**

8ª FND/CAtMec/ROU  
(RI13)

15OUT25





# AGENDA

- 1. Objetivo**
- 2. Normativos de SST, conceitos, FND**
- 3. Estatísticas de acidentes de trabalho**
- 4. Perigos e riscos em FND**
- 5. Prevenção de acidentes de viação**
- 6. Conclusões**

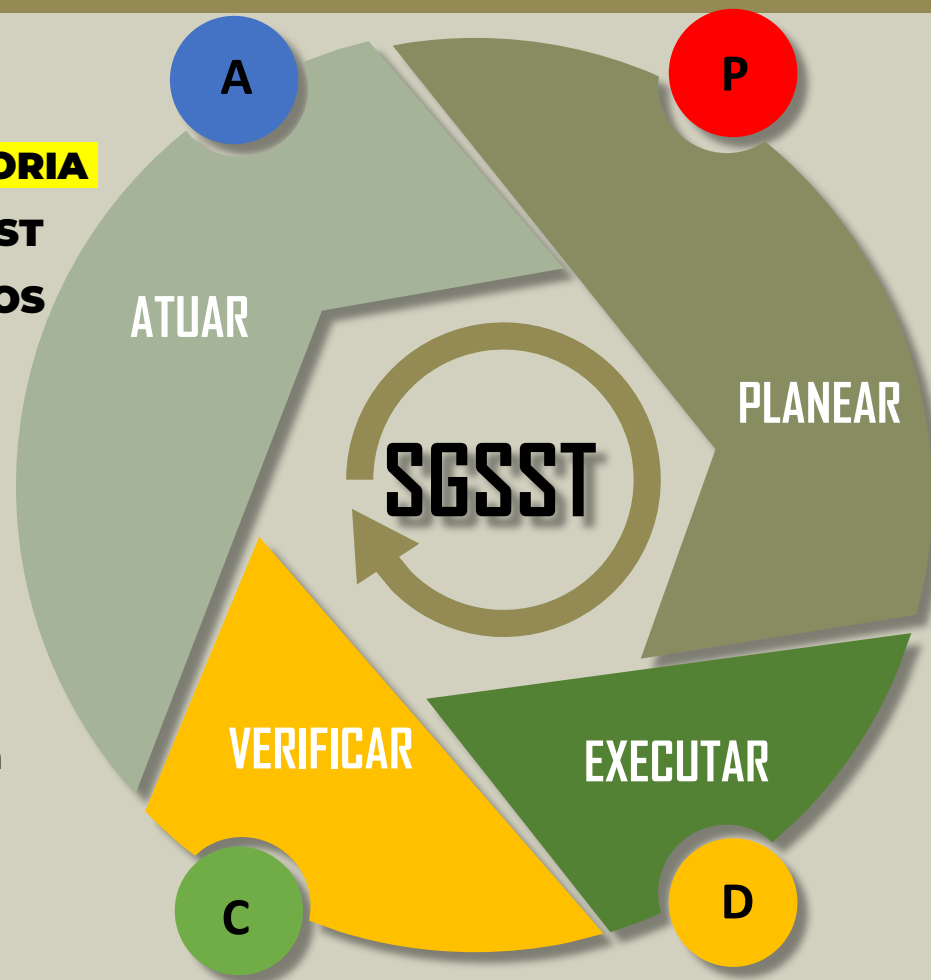


1

# OBJETIVO

- Empreender ações para a **MELHORIA CONTÍNUA** do desempenho da SST de modo a atingir os **RESULTADOS PRETENDIDOS**

- **MONITORIZAR** e medir as atividades e os processos face à política e aos objetivos SST;
- **Reportar os resultados**



- **IDENTIFICAR, AVALIAR** os riscos e as oportunidades para a SST;
- **Estabelecer Objetivos da SST;**
- **Estabelecer processos para alcançar resultados**
  
- **IMPLEMENTAR** os processos como planeados



Direção de Serviços de Pessoal

2

# Normativos de SST, conceitos, FND



## SERVIÇO DIÁRIO NAS UEO

Occupational Health and Safety Management System

Regime Jurídico da Promoção da Segurança e Saúde no Trabalho

Regime da Segurança e Saúde no Trabalho previsto no Código do Trabalho

Manual do Sistema de Gestão da Segurança e Saúde no Trabalho do Exército

Lei n.º 102/2009, de 10 de Setembro

Lei n.º 79/2019, de 2 de Setembro

PAD 123-01

## CONTEXTO OPERACIONAL

PDE 5-00  
Vol. II

PLANEAMENTO TÁCTICO E TOMADA DE DECISÃO  
ANEXO E - GESTÃO DO RISCO



<https://intranet.exercito.local/areas-sectoriais/comando-EstadoMaior/publicacoesEXE/Paginas/default.aspx>

# FND



STANAG  
2561 - AJMedP-4  
ALLIED JOINT  
MEDICAL FORCE  
HEALTH PROTECTION  
DOCTRINE



Direção de Serviços de  
Pessoal

2

# Normativos de SST, conceitos, FND

## Artigo 4.º Conceitos

Lei n.º 102/2009,  
de 10 de Setembro

Regime Jurídico da Promoção da  
Segurança e Saúde no Trabalho

- g) «**Perigo**» a propriedade intrínseca de uma instalação, atividade, equipamento, um agente ou outro componente material do trabalho com potencial para provocar dano;
- h) «**Risco**» a probabilidade de concretização do dano em função das condições de utilização, exposição ou interação do componente material do trabalho que apresente perigo;
- i) «**Prevenção**» o conjunto de políticas e programas públicos, bem como disposições ou medidas tomadas ou previstas no licenciamento e em todas as fases de atividade da empresa, do estabelecimento ou do serviço, que visem eliminar ou diminuir os riscos profissionais a que estão potencialmente expostos os trabalhadores;



**Lei n.º 102/2009,  
de 10 de Setembro**

**Regime Jurídico da Promoção da  
Segurança e Saúde no Trabalho**

## **Artigo 15.º** **Obrigações gerais do empregador**

2 - O empregador deve zelar, de forma continuada e permanente, pelo exercício da atividade em condições de segurança e de saúde para o trabalhador, tendo em conta os seguintes princípios gerais de prevenção:

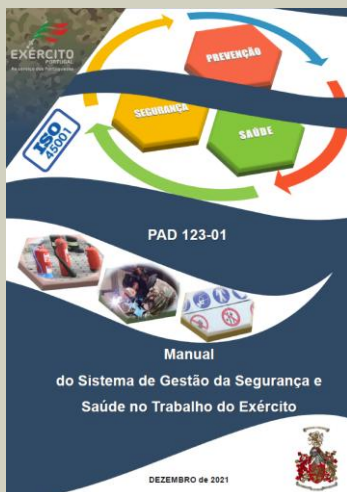
- a) **Evitar os riscos;**
- b) **Planificar a prevenção** como um sistema coerente que integre a evolução técnica, a organização do trabalho, as condições de trabalho, as relações sociais e a influência dos fatores ambientais;
- c) **Identificação dos riscos previsíveis** em todas as atividades da empresa, estabelecimento ou serviço, na conceção ou construção de instalações, de locais e processos de trabalho, assim como na seleção de equipamentos, substâncias e produtos, com vista à eliminação dos mesmos ou, quando esta seja inviável, à redução dos seus efeitos; (...)

## **Artigo 17.º** **Obrigações do trabalhador**

- b) **Zelar pela sua segurança e pela sua saúde**, bem como pela segurança e pela saúde das outras pessoas que possam ser afetadas pelas suas ações ou omissões no trabalho, sobretudo quando exerça funções de chefia ou coordenação, em relação aos serviços sob o seu enquadramento hierárquico e técnico; (...)



# Normativos de SST, conceitos, FND



**PAD 123-01**

**Manual do Sistema de Gestão  
da Segurança e Saúde no  
Trabalho do Exército**

## Responsabilidades

### Delegados de SST

Os Delegados de SST (Comp, Sec, E/O apoiados) têm as seguintes atribuições:

- (1) Incentivar e verificar a implementação das medidas de SST nas atividades, instalações e pessoal, sob seu controlo, em coordenação com o GSST da Unidade apoiante;
- (2) Colaborar na elaboração e na implementação do Plano anual de SST;
- (3) Colaborar na elaboração dos relatos de acidente/incidente;
- (4) Informar as chefias e o GSST de todas as deficiências, faltas ou condições perigosas existentes, propondo as medidas preventivas julgadas mais adequadas;
- (5) Integrar as equipas de primeira intervenção, do PEI.



# 2

# Normativos de SST, conceitos, FND

## MATRIZ DE RISCO

(EXEMPLO)

## IDENTIFICAÇÃO, AVALIAÇÃO E CONTROLO DE RISCOS

FICHA DE REGISTO DE IDENTIFICAÇÃO DE PERIGOS, AVALIAÇÃO E CONTROLO DE RISCOS - MATRIZ DE RISCO -													
U/E/O, Subunidade:		Estabelecimento Prisional Militar						Cmdt/Dir/Ch:			Toor ART João Miguel de Oliveira Capitulino		
Designação do posto de trabalho e local exato:		Unidade de Saúde Tipo 1						Técnico ST (nome, nº certificado):			Técnico Superior Miguel Andrade		
Operação/Descrição:		Prestação de serviços de saúde						Chefe NSST			Maj Jorge Nunes		
N.º Trab. expostos:		2 a 5 Militares						Data:			08/jan/25		
Nº	TAREFA	PERIGO	RISCO	CONSEQUÊNCIA	CONTROLO EXISTENTE	G	P	FE	NS	Nº Acidentes	Nº RIAAT	Prioridade	MEDIDAS PREVENTIVAS/CORRETIVAS
1	Presença e/ou Circulação	1.Piso danificado ou escorregadio	1.2. Quedas ao mesmo nível	Lesões superficiais, choques, quedas de nível	Revistas EPM	2	1	3	NS			III-Manter controlos atuais	Sensibilização do pessoal para os cuidados a ter; Sinalização do local; Utilização dos EPI's corretos;
2	Prestação de cuidados do serviço de saúde	2.Profissionais de saúde	4.6. Fármacos	Alergias, Intoxicação, Queimadura	Registo documental de tratamento e distribuição de fármacos	1	2	3	NS			III-Manter controlos atuais	Utilização dos EPI's corretos; Formação na área da saúde (farmacologia); Folhas de terapêutica atualizadas;
3	Testes COVID-19 aos reclusos	3.Profissionais de saúde	5.1. Virus	Contágio	Testes e análises	1	1	1	NS			III-Manter controlos atuais	Plano de contingência do EPM; Utilização dos EPI's corretos;
4	Presença e/ou Circulação	3.Equipamentos eléctricos / contacto indirecto	2.1. Contacto directo	Choques eléctricos, queimaduras ou electrocussão	Revistas EPM	2	1	1	NS			III-Manter controlos atuais	Verificação e manutenção dos equipamentos de trabalho eléctricos e das instalações eléctricas; Utilização de EPI corretos (Calçado EN 50321 Calçado electricamente isolante e Categoria SB) e uso de Óculos e luvas de Categoria II (Exigem uma inspeção do tipo CE (Artigo 10) por um Órgão Notificado); Formar os militares/colaboradores sobre: - Procedimentos de emergência em caso de contacto com a energia eléctrica; - Procedimentos de primeiros socorros em caso de contacto com a energia eléctrica; - Procedimentos e as boas práticas de segurança a adoptar para minimizar os riscos associados de contacto com a energia eléctrica; Informar os militares/colaboradores sobre os riscos inerentes aos trabalhos em tensão e na proximidade de tensão.
5	Recolha, armazenamento e transporte de resíduos	Resíduos Cortantes/Perfurantes	1.6. Cortes	Cortes, perfurações, infeções	Profissionais de saúde	1	2	2	NS			III-Manter controlos atuais	Sala própria de armazenamento de produtos com entrada restrita aos profissionais de saúde com formação.
6	Recolha, armazenamento e transporte de resíduos hospitalares	Resíduos Hospitalares	5. BIOLÓGICOS	Infeção, contágio por: (Bactérias, Virus, Fungos e parasitas)	Profissionais de saúde	1	2	2	NS			III-Manter controlos atuais	Sala própria de armazenamento de produtos com entrada restrita aos profissionais de saúde com formação.



# 2

# Normativos de SST, conceitos, FND

PDE 5-00  
Vol. II



## PLANEAMENTO TÁCTICO E TOMADA DE DECISÃO ANEXO E GESTÃO DO RISCO

### 3. Processo de Gestão do Risco

#### a. As cinco fases do processo

As cinco fases do processo de gestão do risco são:

- Fase 1 – Identificação dos perigos.
- Fase 2 – Avaliação dos perigos, para determinar os riscos.
- Fase 3 – Desenvolvimento de controlos e tomada de decisões de risco.
- Fase 4 – Implementação dos controlos.
- Fase 5 – Supervisão e avaliação dos controlos.

### Apêndice 1 – Exemplos de Identificação e Listagem de Perigos e Respetivas Causas

Doenças	<ul style="list-style-type: none"> <li>– País com clima tropical, poderá originar doenças infecciosas (existem registos de casos de desidratação, cólera, malária, febre amarela e paludismo, na população e nos outros contingentes).</li> <li>– País com infra-estruturas sanitárias muito degradadas.</li> <li>– Poderão ocorrer situações de doença do foro psicológico, stress de combate, alcoolismo e outros.</li> </ul>
Acidentes	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Rede rodoviária muito degradada.</li> <li>– Necessidade de efectuar deslocamentos em território desconhecido em grandes extensões.</li> <li>– Duração do dia é curta, com nevoeiros matinais.</li> <li>– Necessidade de efectuar movimentos nocturnos, com elevada densidade de meios e com a necessidade de transposição de obstáculos In.</li> <li>– Inexperiência de condutores.</li> <li>– Manuseamento de explosivos e armas de fogo (negligência do pessoal).</li> <li>– Registo de ocorrências noutros contingentes.</li> </ul>

### Apêndice 2 - Folha de Trabalho de Gestão do Risco

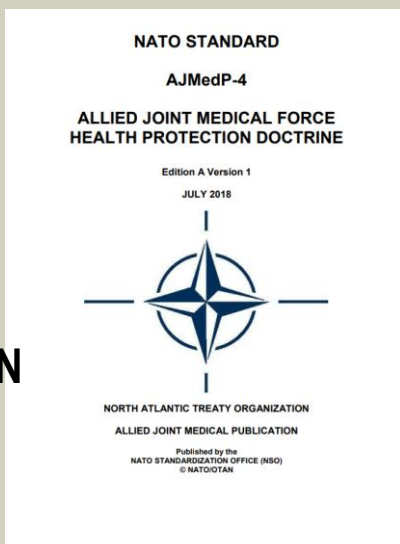
**APÊNDICE 2 - FOLHA DE TRABALHO DE GESTÃO DO RISCO**

A. Missão/Tarefa:		B. Grupo Data/Hora: GDH Início: GDH Fim:		C. Data da preparação:		
Pág. __ de __ pag.						
D. Preparado por (Posto, Nome, Função):						
E. Perigos	F. Nivel de risco inicial	G. Controlos	H. Nivel de risco residual	K. Implementar controlos	L. Supervisor	M. Avaliar (S/N)
I. Determinar o risco global da missão/tarefa após a aplicação dos controlos (indicar envolvendo com um círculo)						J. Assinatura
BAIXO (L)		MODERADO (M)		ALTO (H)		ELEVADO (E)



# Normativos de SST, conceitos, FND

## STANAG 2561 - AJMedP-4 ALLIED JOINT MEDICAL FORCE HEALTH PROTECTION DOCTRINE



### 1.5 RESPONSIBILITIES FOR FHP

1. **Nations.** Health, including FHP, is a national responsibility. With Transfer of Authority, the NATO commander shares this responsibility.
2. **Commanders.** The duty of care for all personnel within a command rests with the operational commander. This encompasses the full spectrum of health and medical issues including FHP.
3. **Medical Advisors.** While a command responsibility, FHP is predicated on informed health risk analysis and management. Medical advisors (MEDAD) have the responsibility for advising the commander on FHP. This advice is informed by input from the various subject matter experts working within the domain of FHP.
4. **Individuals.** All personnel have an individual responsibility for FHP, in particular by adhering to recommended health protection practices and taking care to maintain their physical and mental health.

### 1.5 RESPONSABILIDADES PARA A PROTEÇÃO DA SAÚDE DA FORÇA

#### 1.º Nações.

A saúde, incluindo a Proteção da Saúde da Força, é uma responsabilidade nacional. Com a Transferência de Autoridade, o comandante da NATO partilha esta responsabilidade.

#### 2.º Comandantes.

O **dever de cuidar de todo o pessoal** dentro de um comando cabe ao comandante operacional. Isto abrange todo o espectro de questões médicas e de saúde, incluindo a Proteção da Saúde da Força.

#### 3.º Médicos.

Embora seja uma responsabilidade do comando, a Proteção da Saúde da Força baseia-se na **análise e gestão dos riscos para a saúde**. Os médicos têm a responsabilidade de aconselhar o comandante sobre a Proteção da Saúde da Força. Este aconselhamento baseia-se em contributos de diversos especialistas que trabalham no domínio a Proteção da Saúde da Força.

#### 4.º Indivíduos.

Todo o **pessoal tem uma responsabilidade individual** para com o PSF, em particular, aderindo às práticas recomendadas de proteção da saúde e cuidando da manutenção da sua saúde física e mental.



## Normativos de SST, conceitos, FND

De acordo com o disposto na alínea f) do n.º 1 do artigo 59.º da Constituição da República Portuguesa, todos os trabalhadores têm direito a assistência e justa reparação, quando vítimas de acidente de trabalho ou de doença profissional. A segurança física e saúde dos trabalhadores é um princípio fundamental do Estado de Direito, motivo pelo qual, a legislação portuguesa estipulou a obrigatoriedade de um seguro de acidentes de trabalho, cuja base legal é a Lei n.º 98/2009, de 4 de setembro. Ao abrigo deste diploma legal, todos os trabalhadores estão protegidos por uma apólice de seguro que engloba tanto a prestação dos cuidados médicos, como o pagamento de eventuais indemnizações por incapacidades temporárias e permanentes. Nos termos daquela lei, **considera-se acidente de trabalho** aquele que se verifique no local e no tempo de trabalho e produza direta ou indiretamente lesão corporal, perturbação funcional ou doença de que resulte redução na capacidade de trabalho ou de ganho ou a morte.

### Lei n.º 98/2009, de 04 de Setembro

### REGULAMENTA O REGIME DE REPARAÇÃO DE ACIDENTES DE TRABALHO E DE DOENÇAS PROFISSIONAIS

Nesta definição **consideram-se acidentes de trabalho todos os sinistros que se produzam: § No local e tempo de trabalho, entendendo-se “tempo de trabalho” como o período normal em que o trabalhador desempenha as suas funções, o período anterior e posterior dedicado a atos de preparação ou outros com ele relacionados e as pausas ou interrupções forçadas do trabalho;**

- No trajeto de ida e de regresso do trabalho;
- No desempenho de tarefas espontaneamente prestadas e das quais possa resultar benefício económico para o empregador;
- No local de trabalho e fora deste para exercer o direito de reunião ou na qualidade de representante dos trabalhadores;
- Durante a realização de ações de formação de âmbito profissional que decorram no local habitual de trabalho, ou fora deste, sempre que a frequência do curso seja autorizada pela entidade patronal;
- No local onde é realizado o pagamento do ordenado e durante o tempo que aí permanecer para o efeito;
- Nos estabelecimentos onde o trabalhador deva receber qualquer tipo de assistência ou cuidados médicos devido a acidente de trabalho anterior;
- Na execução de serviços atribuídos ou consentidos pelo empregador, mesmo que estes se verifiquem fora do local ou tempo de trabalho;
- Durante o período estipulado por lei de procura de novo emprego que abrange os trabalhadores cujo processo de cessação do contrato de trabalho esteja a decorrer.

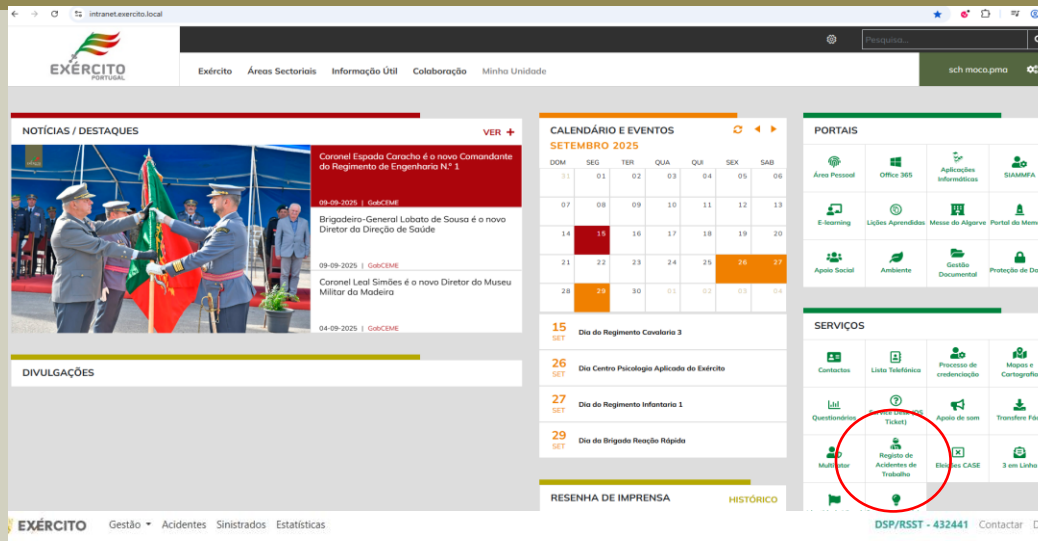


Direção de Serviços de Pessoal

3

# Estatísticas de acidentes de trabalho

**PLATAFORMA DE REGISTO DE ACIDENTES DE TRABALHO DO EXÉRCITO**



## Registo de acidentes de trabalho no Exército



<https://exe-webserver01.exercito.local/AcidentesExercito>

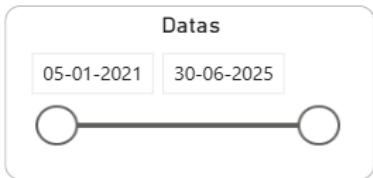


Ao serviço dos Portugueses



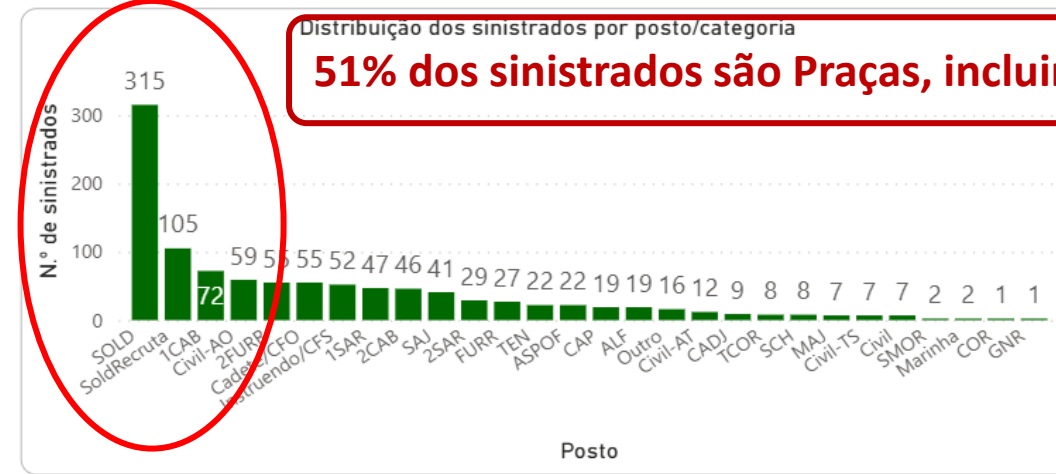
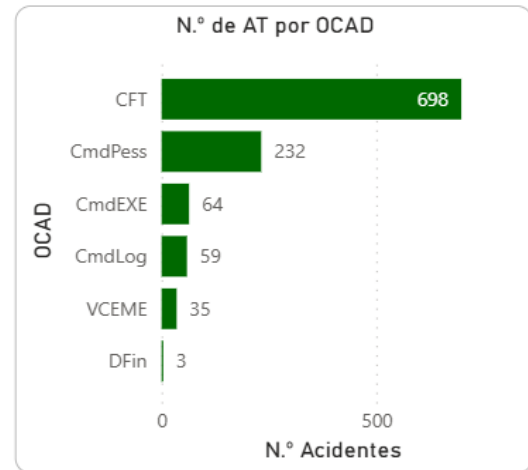
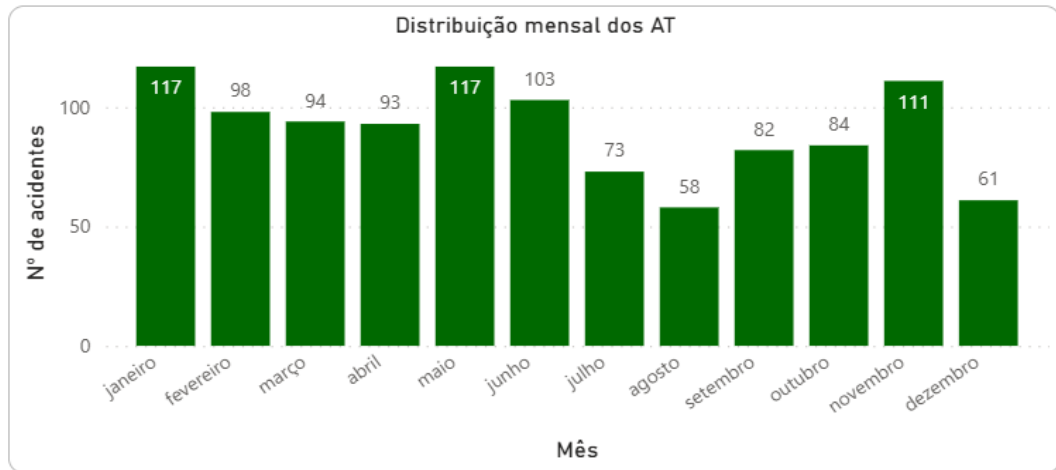
# 3

## Estatísticas de acidentes de trabalho



**193**

N.º investigações das causas AT

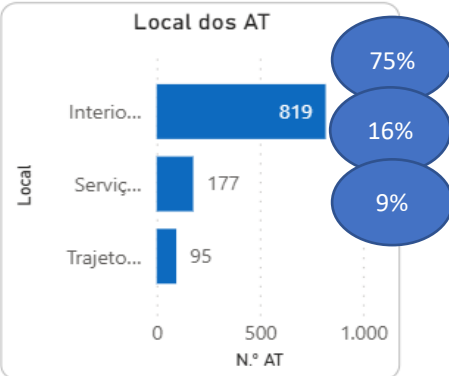
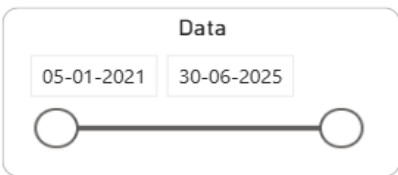


Posto	%
SoldRecruta	10%
SOLD	30%
1CAB	7%
2CAB	4%
CADJ	1%
	51%



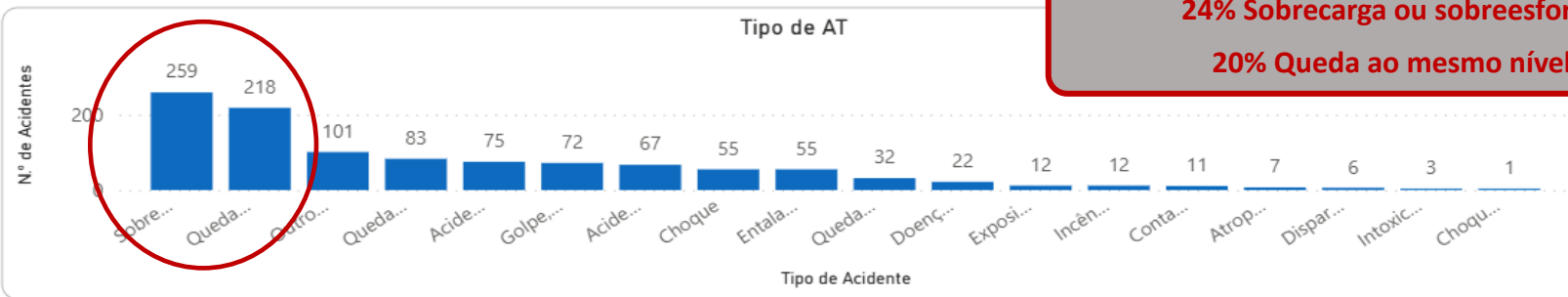
# 3

## Estatísticas de acidentes de trabalho

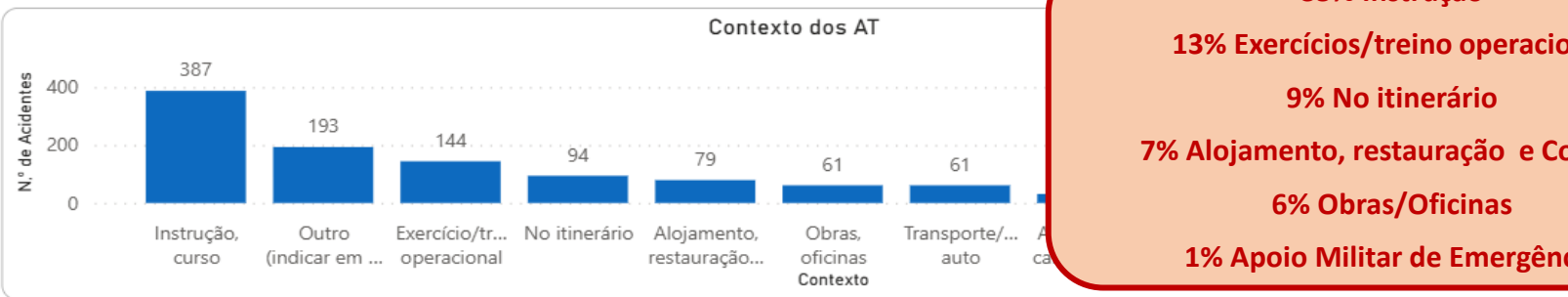


**67**

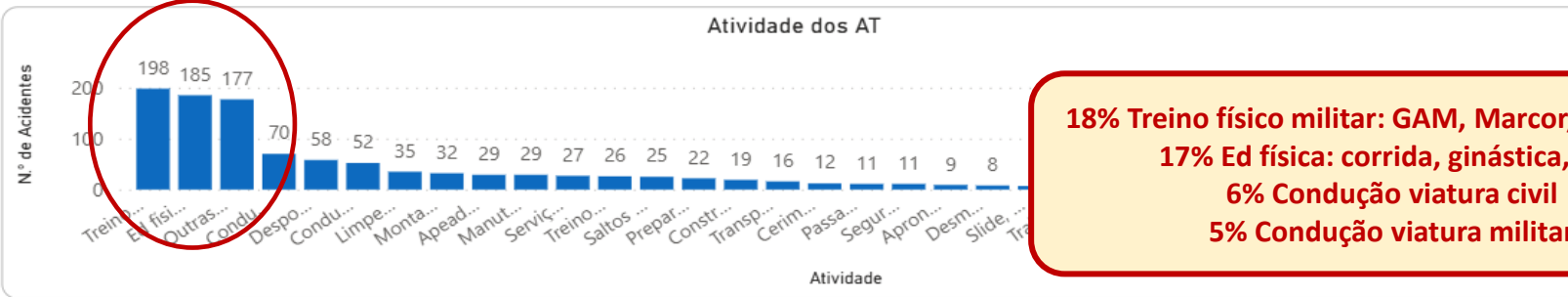
N.º acidentes de viação (militar)



**24% Sobrecarga ou sobreesforço**  
**20% Queda ao mesmo nível**



**35% Instrução**  
**13% Exercícios/treino operacional**  
**9% No itinerário**  
**7% Alojamento, restauração e Cozinha**  
**6% Obras/Oficinas**  
**1% Apoio Militar de Emergência**



**18% Treino físico militar: GAM, Marcor, pistas, etc.**  
**17% Ed física: corrida, ginástica, etc.**  
**6% Condução viatura civil**  
**5% Condução viatura militar**



3

# Estatísticas de acidentes de trabalho

Data

05-01-2021 30-06-2025

1041

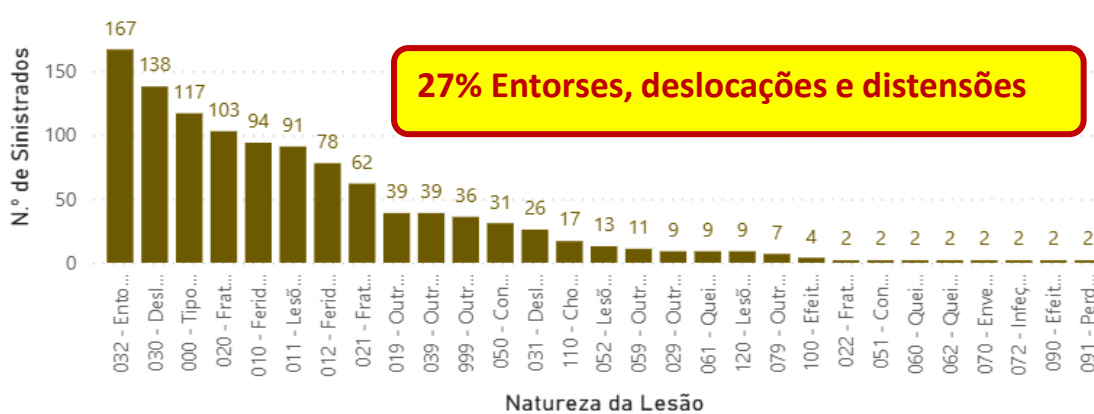
N.º de Sinistrados

2.038.297,22€

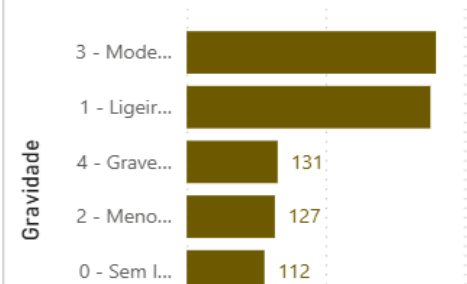
17 K

N.º de dias perdidos

Distribuição p/ Natureza da Lesão



Gravidade dos sinistrados



Distribuição por parte do corpo atingida



Disponibilidade final para o





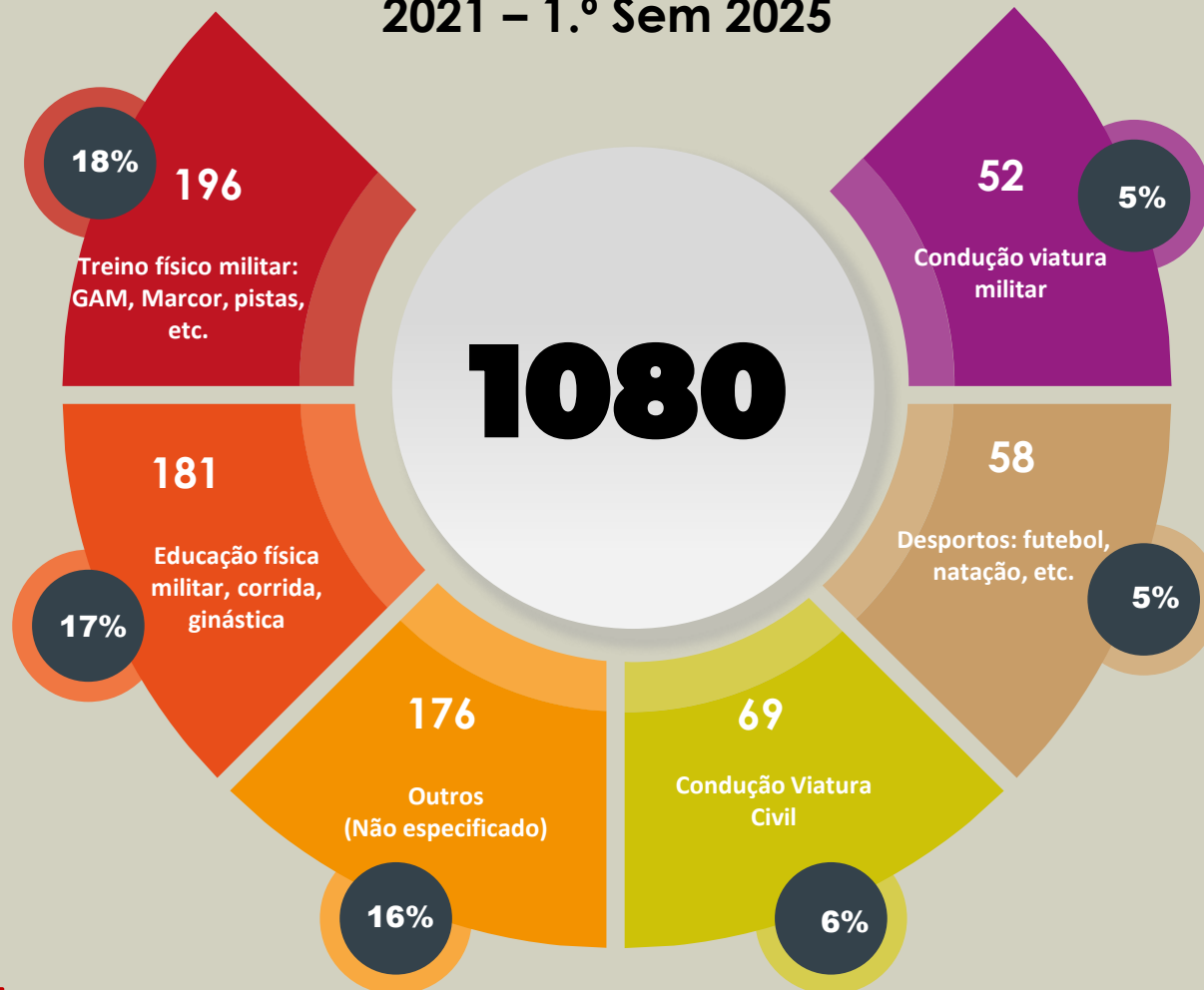
# Estatísticas de acidentes de trabalho

2021 – 1.º Sem 2025

**1080**  
**ACONTECIMENTOS**

## CONSEQUÊNCIAS DOS ACIDENTES DE TRABALHO POR ATIVIDADE

**615 Acidentes**  
**465 Incidentes**





Direção de Serviços de  
Pessoal

3

# Estatísticas de acidentes de trabalho

## PARTE DO CORPO ATINGIDA





Direção de Serviços de  
Pessoal

4

# Perigos e riscos em FND





4

## Perigos e riscos em FND

### Causas dos ACIDENTES?



**96%**

**Atos inseguros  
(humano)**

**4%**

**Condições  
inseguras  
(materiais)**



# 4

## Perigos e riscos em FND

### ATIVIDADES CARIZ OPERACIONAL E TREINO FÍSICO MILITAR:

paraquedismo, slide, rapel, marchas,  
pistas, exercícios militares.

### EXPLOSIVOS, ARMAMENTO, MUNIÇÕES, MÍSSEIS

manuseamento em arrecadações e  
paísóis, transporte, desativação,  
formação, treino, tiro.

**COMBUSTÍVEIS:**  
depósitos, transporte em  
autotanques,  
reabastecimento.



### ATIVIDADES DE MAIOR RISCO NAS U/E/O DO EXÉRCITO \*



**CONDUÇÃO DE VIATURAS:**  
militares administrativas e  
táticas, colunas militares,  
transportes pesados, viaturas  
civis, motos.

**RESTAURAÇÃO:**  
cozinhas e copas.



**TRABALHOS OFICINAIS:**  
manutenção auto, obras de  
construção civil, trabalhos em  
altura, armazéns, limpeza  
florestal.

### ATIVIDADES EM LOCAIS DE ACESSO PÚBLICO:

Museus Militares, Gabinetes de Seleção, Gabinetes de Atendimento  
ao Público, Centros de Saúde, Escolas, Visitas de Grupo.



# 4

## Perigos e riscos em FND



### + RISCOS EM FND:

- Acidente viação
- Clima (inverno)
- Incêndio nas instalações
- Stress
- Disparo, explosivos
- Terreno desconhecido



# 4

## Perigos e riscos em FND

### Atividade: Movimentos em viaturas táticas

#### PERIGOS:

- Viatura militar
- Cansaço
- Terreno
- Clima
- Visibilidade

#### RISCOS:

- Despiste
- Capotamento
- Choque
- Stress
- Temperaturas extremas

#### MEDIDAS:

- Limites de velocidade
- Verificação mecânica
- Cintos segurança, capacete
- Treino tripulação
- Planear/reconhecer itinerários
- Ligação com forças, GPS.
- EPI (luvas, óculos, ...)





# 4

## Perigos e riscos em FND

### Projeção para a Europa do Leste – clima extremo (frio)

#### PERIGOS:

- Temp. extrema, frio
- Gelo no solo
- Terreno escorregadio

#### RISCOS, CONSEQUÊNCIAS:

- Hipotermia
- Queimaduras pele
- Quedas no solo
- Entorses, fraturas

#### MEDIDAS:

- Minimizar movimentos auto
- Correntes neve/gelo
- Vestuário, proteção da cabeça
- EPI (luvas, óculos, ...)
- Calçado antiderrapante
- Limpar caminhos de passagem/entrada
- Espalhar sal
- Não correr





# 4

## Perigos e riscos em FND

### Segurança incêndios nas instalações – Planos de emergência

#### PERIGOS:

- Elétrico, curto-circuito
- Gás
- Equipamentos elétricos



#### RISCOS:

- Incêndio
- Explosão



#### MEDIDAS:

- ✓ Treinar PEI
- ✓ Treinar alarme e evacuação
- ✓ Nomear equipas de 1.ª intervenção
- ✓ Verificar extintores
- ✓ 1.º socorros





# 4

## Perigos e riscos em FND

### Segurança incêndios nas instalações – Planos de emergência

#### MEDIDAS:

- ✓ Treinar PEI
- ✓ Treinar alarme e evacuação
- ✓ Nomear equipas de 1.<sup>a</sup> intervenção
- ✓ Verificar extintores
- ✓ 1.<sup>o</sup> socorros





# Perigos e riscos em FND

## EXEMPLO DE ANÁLISE

### MECÂNICOS

#### a. Riscos existentes:

- (1) Eletrocussão;**
- (2) Inalação de gases e fumos;**
- (3) Queimaduras;**
- (4) Contacto com solventes, óleos e combustíveis;**
- (5) Incêndio e explosões;**
- (6) Ruído;**
- (7) Cortes ou perfurações;**
- (8) Quedas;**
- (9) Transporte de materiais pesados;**
- (10) Poluição.**

#### Medidas a adotar:

- (1) Os trabalhos devem ser sempre realizados por pessoal com a formação adequada;
- (2) Devem ser utilizadas as ferramentas e os equipamentos adequados à execução dos trabalhos;
- (3) A manutenção preventiva das instalações deve ser feita regularmente, como a substituição de lâmpadas queimadas, verificação do estado da fiação elétrica e das tomadas, manter o local de trabalho limpo, o piso deve estar sempre alinhado, pias e ralos desentupidos, eliminando vazamentos se existirem, providenciar a instalação de ventiladores onde for necessário e manter portas e acessos livres;
- (4) Para elevação de viaturas ou equipamento pesado (ex: motores), devem ser utilizados macacos/gruas/elevadores com as características e capacidade necessária;
- (5) Em situações de emergência e em casos de acidentes, a oficina deve ter uma caixa de 1º socorros com antisséptico, algodão, penso rápido, etc. No entanto, qualquer medicação é proibida;
- (6) Os resíduos e lixos devem ser colocados nos locais destinados para o efeito (ecoponto) e evacuados quando adequado (ex: óleos oficinais, pneus, baterias, metais, etc.);
- (7) As instalações devem ter os equipamentos de combate a incêndio necessários e em locais que permitam uma rápida utilização;
- (8) As instalações devem ter plantas de evacuação afixadas e saídas de emergência sinalizadas;
- (9) Não fumar ou fazer fogo nas instalações oficinais;
- (10) Deve existir um sistema de exaustão de gases e fumos;

#### Quando necessário, usar os seguintes EPI:

- a. Luvas;
- b. Óculos;
- c. Máscara de proteção;
- d. Capacete de proteção;
- e. Botas de biqueira de aço e polainas;
- f. Tampões ou auscultadores;
- g. Avental ou fato de proteção.



## EXEMPLO DE ANÁLISE

### SOLDADORES

#### a. Riscos existentes:

- (1) Eletrocussão;**
- (2) Inalação de gases e fumos;**
- (3) Queimaduras;**
- (4) Exposição a vários gamas de radiação;**
- (5) Incêndio e explosões;**
- (6) Ruído.**

#### b. Medidas a adotar:

(1) As soldaduras devem ser realizadas por pessoas com a formação adequada;

(2) Ao realizar soldaduras verifique sempre:

- a. O funcionamento do sistema de exaustão localizada de fumos;
- b. A instalação e as máquinas têm de estar devidamente limpas e arrumadas;
- c. A inexistência de produtos inflamáveis na proximidade do posto de trabalho;
- d. A inexistência de resíduos inflamáveis nos materiais a soldar;
- e. A inexistência de trabalhos incompatíveis com a operação de soldadura;
- f. A utilização de equipamentos de proteção adequados (óculos, luvas, avental, calçado);
- g. A existência de sinalização e extintores no local. Os extintores devem ser de pó químico ABC e/ou de CO<sub>2</sub>, devendo existir 1 extintor de 6 kg para cada raio de 10 metros;
- h. Nos trabalhos em altura, garanta as proteções coletivas adequadas;
- i. A prevenção mais adequada para controlar o risco de incêndio.

(3) No caso de soldaduras oxiacetilénicas observe ainda:

- a. Identifique os fluidos contidos nas garrafas e proceda com a prevenção recomendada;
- b. Nunca trabalhe sem válvulas antirretorno da chama;
- c. O maçarico e as mangueiras devem estar em boas condições (limpeza dos bicos com agulhas de latão ou cobre);
- d. Manobre as garrafas com cuidado para evitar choques. Utilize carrinho apropriado;
- e. Não ponha qualquer tipo de gordura nas válvulas e engates;
- f. Abra primeiro a válvula do redutor e somente depois, a válvula da garrafa;
- g. Feche as válvulas sempre que se afaste do local de trabalho;
- h. Pouse o maçarico em suporte apropriado;
- i. Não deixe as garrafas ao sol e proteja-as de fontes de calor.
- j. Não deite as garrafas. Havendo aquecimento da garrafa de acetileno (sinal de combustão) evacue a área e arrefeça a garrafa.

(4) No caso de soldaduras elétricas:

- a. Verifique se a rede tem disjuntor diferencial;
- b. Verifique se o posto de soldadura tem terra de segurança;
- c. Não deixe o aparelho em tensão;
- d. Verifique os cabos de ligação ao porta-eléttodos;
- e. Verifique se o alicate está devidamente isolado;
- f. Em locais muito condutores, utilize porta eléttodos isolados;
- g. Pouse o porta-eléttodos em suporte apropriado;
- h. Utilize máscaras em bom estado e com filtros óticos adequados;
- i. O ajudante soldador também deve estar protegido;
- j. Não use "lentes de contacto" durante a execução de uma soldadura;
- k. Não efetue trabalhos de manutenção com o aparelho ligado

**(5) Os EPI são a ultima segurança e devem ser utilizados do seguinte modo:**

#### a. Uso obrigatório:

- 1. Óculos ou Máscara de proteção;**
- 2. Capacete de proteção;**
- 3. Botas de biqueira de aço e polainas;**
- 4. Luvas e Mangas de couro;**
- 5. Avental de couro.**

**b. Quando necessário usar tampões ou auscultadores.**



## RISCOS PSICOSSOCIAIS / STRESS (v. CPAE)



### Cmdt Secção/Pelotão/Comp<sup>a</sup>:

- ✓ Alerta permanente (militares isolados);
- ✓ Atenção aos problemas pessoais/familiares;
- ✓ Criar bom ambiente de trabalho, relações humanas;
- ✓ Tratar dependências (álcool, drogas, redes sociais, jogo online);
- ✓ V. casos de assédio (intimidação);
- ✓ Praticar desporto, exercício físico;
- ✓ FALAR, CONVERSAR.



Direção de Serviços de  
Pessoal

5

# Prevenção de acidentes de viação

## PRINCIPAIS FATORES DE RISCO



DISTRAÇÃO AO VOLANTE

EXCESSO DE VELOCIDADE

FADIGA OU SONO AO VOLANTE

ULTRAPASSAGENS PERIGOSAS

CONDUÇÃO SOB EFEITO DE ÁLCOOL OU DROGAS

CONDUTORES INEXPERIENTES OU IMPRUDENTES



Direção de Serviços de Pessoal

5

# Prevenção de acidentes de viação



67

**ACIDENTES COM VIATURA MILITAR**

72

**SINISTRADOS**

143

**ACIDENTES DE VIAÇÃO**



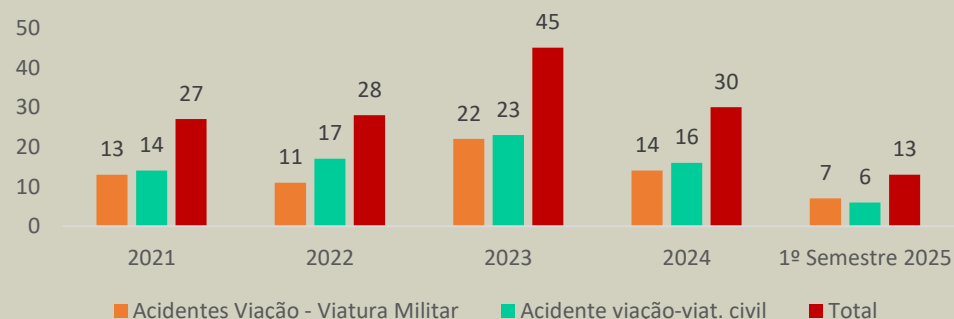
76

**ACIDENTES DE VIATURA CIVIL (IN ITINERE)**

82

**SINISTRADOS**

Acidentes de Viação



**+668.000,00€**

**DANOS MATERIAIS**



# 5

## Prevenção de acidentes de viação

### Causas dos acidentes mais graves (Class A e B):

1. Maioria ocorre em autoestrada, estrada, parques de estacionamento, garagem, durante o dia e boa visibilidade;
2. Inadequada supervisão e liderança (Cmdt, Cmdt Comp<sup>a</sup>; Ch viatura);
3. Pressa, inexperiência e falta de treino do condutor;
4. Os programas de treino dos condutores (todo o terreno, todas as condições, noite-dia) nem sempre são cumpridos;
5. Medidas de gestão do risco (avaliação do risco, planeamento da missão, briefing da missão, uso de cintos de segurança, limites de velocidade) não foram implementadas em muitos casos;
6. As práticas de implementação das medidas variam entre as Unidades (responsabilidades dos chefes de viatura, oficiais de segurança);
7. Velocidade excessiva apontada como o maior perigo;
8. Outros perigos: não utilização de EPI ou cintos de segurança, distração, falta de planeamento da missão, elevado risco de capotamento.



## Prevenção de acidentes de viação

### Algumas medidas recomendadas:

1. Os limites de velocidade e distância de segurança devem estar escritos em normativos (NEP, Regulamento);
2. Efetuar inspeções regulares e ocasionais às viaturas e ao cumprimento dos programas de formação e de treino dos condutores, chefes de viatura;
3. Efetuar sempre a avaliação de risco por técnicos habilitados e metodologia padrão;
4. O chefe de viatura é o 1.º supervisor de segurança; deve estar habilitado e treinado;
5. Nomear Oficiais de segurança para supervisão (pode ser o Delegado de SST/Comp.<sup>a</sup>);
6. Comunicar sempre os incidentes e acidentes;
7. Analisar as causas de todos os incidentes e acidentes e difundir as medidas adotadas por todas as Unidades.



Direção de Serviços de  
Pessoal

5

# Prevenção de acidentes de viação

**Entidades responsáveis** pela prevenção dos acidentes de viação:

- ❖ Comandante da Un;
- ❖ Comandante de Companhia;
- ❖ Comandantes de Secção;
- ❖ Chefe da Secção de Transportes;
- ❖ Chefe da Oficina Auto;
- ❖ Chefe de Viatura;
- ❖ **Condutor.**





## PREVENÇÃO DE ACIDENTES DE VIAÇÃO

### RECOMENDAÇÕES:

#### ANTES DA VIAGEM:

treino; revistas/verificações; planeamento/risco; briefing da missão.

#### DURANTE A VIAGEM:

condutor, chefe de viatura, cintos de segurança.

**EM CASO DE ACIDENTE, AVARIA OU PARAGEM FORÇADA:** chefe de viatura, supervisão.

#### EM CASO DE INCENDIO NA VIATURA:

ver meios de extinção, treino.

#### EM COLUNA MILITAR:

sinalização, distâncias de segurança, limites de velocidade.

#### APÓS A VIAGEM:

relatórios, revisão, melhoria contínua.



# 5

## Prevenção de acidentes de viação

1

Manter a distância de segurança para a viatura da frente e a ligação à vista da viatura da retaguarda.

2

Cumprir os procedimentos determinados pelo chefe da coluna.

3

Não sair da viatura nem deixar que alguém saia sem autorização superior.

4

Em caso de acidente, ou paragem forçada, comunicar ao chefe da coluna e aguardar ordens dentro da viatura (exceto em caso de incêndio).

5

Não é obrigado a parar para dar assistência, mas sim a dar o alerta (ligar 112)



# 6

## Conclusões

- ✓ Os **acidentes de trabalho** têm **impacto nas operações** (lesões, dias perdidos, material danificado);
- ✓ **RISCO: 1.º Explosivos/munições**; condução; frio;
- ✓ **Planear e treinar** situações de **Emergência**, nas casernas, nas instalações (evacuação, locais de reunião, 1.ª intervenção);
- ✓ **ANTECIPAR e PREVENIR os ACIDENTES** = fazer a **avaliação de risco** em todas as atividades;
- ✓ Aplicar as **boas práticas** e **recomendações**.



Direção de Serviços de Pessoal



# RSST



Direção dos Serviços de Pessoal

Repartição de Segurança e Saúde no Trabalho

## PREVENÇÃO DE ACIDENTES

### EM MISSÕES DE

## FORÇAS NACIONAIS DESTACADAS

8ª FND/CAAtMec/ROU  
(RI13)

15OUT25

- **Email:** [dsp.rsst@exercito.pt](mailto:dsp.rsst@exercito.pt)
- **Telef.** 432440/1/2/4
- **Links úteis:**
- Registo de acidentes de trabalho: <https://exe-webserver01.exercito.local/AcidentesExercito>
- RSST/DSP na Intranet: <https://intranet.exercito.local/areas-sectoriais/pessoal/SegSaudeTrabalho>

