

## MOVIMENTAÇÃO MANUAL DE CARGAS

O transporte de cargas é um dos fatores que mais contribui para lesões na coluna vertebral.



- Evite a movimentação manual de cargas;
- Se não for possível, utilize aparelhos auxiliares;
- Cargas com peso superior a 30 kg em operações ocasionais e superior a 20 kg em operações frequentes, deverão ser feitas com auxílio de meios mecânicos;
- Reduza a carga ou divida-a sempre que possível;
- A carga a transportar deve estar devidamente acondicionada e distribuída de modo a evitar oscilações e sobre - esforços;
- Utilize equipamentos de transporte com rodas empurrando-os em vez de os puxar;
- Fazer pausas regulares para alívio da tensão muscular e da postura.

## INFORMAÇÃO E FORMAÇÃO DOS TRABALHADORES

O empregador deve assegurar a informação e formação dos trabalhadores sobre:

- Manuseamento de máquinas e equipamentos;
- Dados obtidos da avaliação de riscos;
- Informações disponíveis sobre agentes químicos perigosos existentes no local de trabalho;
- As fichas de dados de segurança disponibilizadas pelo fornecedor;
- Precauções e medidas adequadas;
- Medidas de emergência respeitantes a agentes químicos perigosos;
- Medidas de prevenção sobre a rotulagem e embalagens vazias;
- Equipamentos de proteção individual;
- Aplicação de produtos fitofarmacêuticos;
- Limpeza do material e regras de higiene;
- Armazenamento do produto;
- Ruído e vibrações;
- Movimentação manual de cargas.



GOVERNO DOS AÇORES

Vice-Presidência do Governo, Emprego e Competitividade Empresarial  
Inspeção Regional do Trabalho — Gabinete de Segurança e Saúde no Trabalho  
Rua Francisco Ornelas n.º 14 - 9700 — 085 Angra do Heroísmo  
Tel: 295 204 140 - Fax 295 212 289  
[irtah@azores.gov.pt](mailto:irtah@azores.gov.pt)

# SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO AGRÍCOLA



A agricultura é um dos setores  
mais perigosos em termos  
de acidentes de trabalho

## RISCOS PROFISSIONAIS

Ao longo dos últimos anos, a introdução de novas técnicas na agricultura, tornaram o trabalho do campo mais atrativo, aumentando a produtividade do trabalho e por consequência, os acidentes de trabalho.

**Os numerosos acidentes** associados à utilização de **tratores e máquinas agrícolas**, resultam de falhas mecânicas mas sobretudo de falhas humanas.



### TRATORES AGRÍCOLAS

- Conduza com segurança;
- Não esqueça a manutenção do veículo. O seu mau funcionamento ou falta de limpeza podem causar acidentes;
- Lembre-se que as estruturas de proteção como o arco de “Santo António” podem evitar a morte do condutor ou reduzir a gravidade dos ferimentos;
- Frequentes ações de formação teóricas e práticas;
- Conheça os riscos da condução dos tratores agrícolas e circule com segurança;
- Utilize os acessórios de iluminação e sinalização, de acordo com a Lei;
- Não conduza sob o efeito do álcool, fadiga ou com excessiva velocidade;
- Respeite os limites do trator. Não transporte pessoas “à pendura”, é proibido e perigoso.

## FERRAMENTAS MECÂNICAS

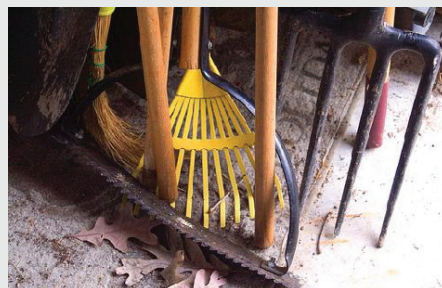
A utilização de ferramentas mecânicas está associada a ferimentos, cortes, projeções de partículas e exposição ao ruído e vibrações. A máquina deve garantir o cumprimento das normas de segurança e antes de utilizar o equipamento, ler o manual de instruções.

Assegure-se que todos os equipamentos de segurança estão em perfeita ordem antes de serem ligados.



**Use equipamento de proteção individual adequado para o trabalho com motosserra**

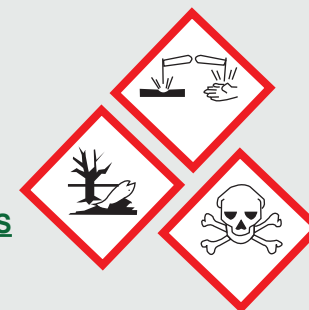
## FERRAMENTAS MANUAIS



**Mantenha o local de trabalho limpo e arrumado**

## DOENÇAS PROFISSIONAIS

**Os produtos fitofarmacêuticos**, destinados à defesa das plantas e da produção agrícola, habitualmente conhecidos por pesticidas, originam uma série de doenças imediatas tais como alergias, intoxicações, envenenamento e doenças crónicas como o cancro e doenças do sistema nervoso.



### REGRAS BÁSICAS

- Seguir atentamente as instruções de segurança indicadas no rótulo;
- Guardar os produtos nas embalagens originais;
- Ao manipular o produto químico, não coma, não beba ou fume;
- Manter os produtos fora do alcance das crianças;
- Armazenar os produtos em local limpo, arrumado e ventilado;
- Colocar as embalagens vazias num saco apropriado e entrega-las nos locais autorizados;
- Não aplicar os produtos na hora mais quente do dia nem contra o vento;

**Use o equipamento de proteção individual adequado ao pesticida a utilizar**

