



Obtenha o CCP - Certificado de Competências Pedagógicas (ex - CAP) em e- Learnig e torne-se um formador certificado!!

Condições de Acesso à Formação:

- Idade mínima de admissão ao curso: 18 anos de idade;
- Escolaridade mínima obrigatória.

Processo de Inscrição

- Faça a sua Inscrição no curso através do portal da empresa (Online), telefonicamente e/ou presencial;

A seleção dos formandos é feita com base na ordem de entrada das inscrições e mediante a verificação dos pré-requisitos e documentos exigidos:

- Cartão Cidadão;
- Certificado de habitação;
- Preenchimento de Ficha de Inscrição/candidatura

Conteúdos:

- Formador: sistema, contextos e perfil (10h) - Módulo totalmente *online*
- Simulação pedagógica inicial (10h) - *Presencial*
- Comunicação e dinamização de grupos em formação (10h) - Módulo totalmente *online*
- Metodologias e estratégias pedagógicas (10h) - Módulo totalmente *online*
- Operacionalização da formação: do plano à ação (10h) - Módulo totalmente *online*
- Recursos didáticos e multimédia (10h) - Módulo totalmente *online*
- Plataformas colaborativas e de aprendizagem (10h) - Módulo totalmente *online*
- Avaliação da formação e das aprendizagens (10h) - Módulo totalmente *online*
- Simulação pedagógica final (10h) - *Presencial*

Funcionamento

- Este curso tem 6 sessões presenciais durante o curso, as restantes são sessões à distância;
- As sessões presenciais, são os módulos "Simulação Pedagógica Inicial", e "Simulação Pedagógica Final";
- Este curso tem um mínimo de 8 e um máximo de 25 formandos por edição;
- As vagas são preenchidas por ordem de pagamento depois de verificadas as condições de acesso;
- A maioria dos módulos e das aulas são frequentados online através da plataforma informática, sendo as sessões presenciais exclusivamente para realização das simulações pedagógicas;



- As aulas online estão num formato cumpridor dos standards internacionais de e-learning;
- Pode aceder às aulas a qualquer hora do dia ou da noite, bem como fins-de-semana e feriados, em função da sua disponibilidade e disposição, tendo apenas a restrição de ter de cumprir o cronograma dos módulos e terminar o curso até ao último dia de formação. Existirão algumas sessões online síncronas ao longo do curso;
- Pode ainda interromper uma aula a qualquer momento e recomeçá-la mais tarde, podendo frequentar cada aula quantas vezes desejar;
- No final de cada aula tem a possibilidade de efetuar o download de alguns materiais de formação para gravar no seu computador ou imprimir;
- Tem direito à certificação caso tenha feito a avaliação em todos os módulos.

Campanha válida para os meses de Agosto e Setembro de 2014
220,00€/ Pessoa
Traga um amigo e oferecemos a joia de inscrição!

FORMAÇÃO PROFISSIONAL CONTÍNUA – PERGUNTAS E RESPOSTAS



Ao fornecer uma formação adequada aos seus Recursos Humanos, as empresas aumentam a sua vantagem competitiva, conseguindo melhorar os níveis de produtividade e, conseqüentemente, o seu posicionamento no mercado.

Dada a sua crescente importância quer a nível organizacional, quer a nível da atualização profissional e individual, a legislação Portuguesa vem estabelecer, para todas as empresas, um mínimo anual de 35 horas de formação aos seus funcionários.

A formação contínua dos trabalhadores é reconhecida como um direito destes e um dever dos empregadores, constituindo o seu não cumprimento uma contraordenação muito grave, a que corresponde uma coima, dependente do volume de negócios da empresa e do grau de culpa.

CONTACTE-NOS E SAIBA QUAIS AS FORMAÇÕES QUE O GRUPO 4WORK TEM ATUALMENTE AO SEU DISPOR!!



O que é formação contínua?

Por formação contínua entende-se o processo de aquisição de conhecimentos, desenvolvido após a formação profissional inicial. Tem como finalidades a adaptação do trabalhador às transformações tecnológicas, técnicas e organizacionais, melhorar a sua empregabilidade e aumentar a competitividade e a produtividade da empresa.

A responsabilidade pela formação contínua está atribuída por lei ao empregador.

O empregador tem de assegurar em cada ano formação a todos os trabalhadores da empresa?

Não.

O empregador deve assegurar, em cada ano, formação contínua a, pelo menos, 10% dos trabalhadores da empresa. Isso não impede que deva elaborar o plano de formação plurianual, de forma a garantir a totalidade dos direitos dos trabalhadores (35 horas anuais) ou a permitir e conceder crédito de horas para que o trabalhador frequente ações de formação da sua iniciativa.

A formação contínua tem que decorrer obrigatoriamente em horário de trabalho? E as horas de formação que decorram depois do horário de trabalho, são pagas? De que modo?

Não, a formação contínua não tem que decorrer necessariamente durante o horário de trabalho.

Todavia, se ocorrer para além do período normal de trabalho, se não exceder as duas horas diárias, não será, até este limite, considerado trabalho suplementar e, por isso, tais horas devem ser pagas em singelo. Depois desse limite, todas as horas serão consideradas como trabalho suplementar, devendo ser remuneradas como tal.

Qual é o conteúdo da formação contínua?

A área da formação contínua é determinada por acordo ou, na falta deste, pelo empregador, caso em que deve coincidir ou ser afim com a atividade prestada pelo trabalhador. A formação contínua deve ainda ser organizada de forma a cobrir alguns domínios que a lei considera fundamentais desde logo, as exigências da função a exercer pelo trabalhador, ponderando-se a qualificação que o mesmo detenha, o desenvolvimento das qualificações dos trabalhadores, equacionadas a partir das necessidades de incremento da produtividade e da competitividade da empresa, as competências consideradas transversais no âmbito das tecnologias de informação e comunicação ou língua estrangeira e a segurança e saúde no trabalho.

Se o empregador assegurar a formação em segurança e saúde no trabalho, esta conta para o cômputo das 35 horas de formação contínua?

Nos termos do art. 20º da Lei nº 102/2009, de 10 de Setembro (Lei que aprova o regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho), alterada pela Lei n.º 42/2012, de 28 de agosto e pela Lei n.º 3/2014, de 28 de janeiro, o trabalhador deve receber uma formação adequada no domínio da segurança e saúde no trabalho, tendo em atenção o posto de trabalho e o exercício de atividades de risco elevado.

Todavia, para que esta formação seja considerada no cômputo das 35 horas de formação contínua prevista no Código do Trabalho deverá preencher os requisitos aí indicados: dar lugar à emissão de certificado de formação e a registo na caderneta individual de competências.



O empregador atribuiu novas funções ao trabalhador. O trabalhador tem que ter formação sobre as mesmas?

Sim. Sempre que o exercício de funções acessórias às habitualmente desempenhadas exigir especial qualificação do trabalhador, o mesmo tem direito a formação profissional não inferior a 10 horas anuais.

Quem é que pode desenvolver a formação contínua?

A formação contínua pode ser desenvolvida pelo empregador, por entidade formadora certificada para o efeito ou por estabelecimento de ensino reconhecido pelo ministério competente.

A formação assumida pelo empregador, poderá ser ministrada por ele próprio, por um trabalhador da empresa ou por um formador externo, desde que tenham conhecimentos técnicos e pedagógicos na área para que se propõem dar tal formação, devendo para o efeito, serem detentores do Certificado de Competências Pedagógicas de Formador (CCP).

O empregador pode assegurar a formação contínua dos trabalhadores, quer através de ações a desenvolver na empresa ou supletivamente, através de concessão de tempo para o desenvolvimento da formação por iniciativa do trabalhador.

A lei nada refere acerca do local onde deve ser ministrada a formação aos trabalhadores, mas a mesma deve ser ministrada em local e com os métodos pedagógicos que melhor cumpram os fins pretendidos pela mesma.

Existe alguma obrigatoriedade de elaboração pelo empregador de diagnóstico de levantamento de necessidades formativas e plano de formação anual ou plurianual ou de registo da formação?

Sim.

O empregador deve elaborar o plano de formação, anual ou plurianual, com base no diagnóstico das necessidades de qualificação dos trabalhadores.

O plano de formação deve especificar, entre outros, os objetivos, as entidades formadoras, as ações de formação, o local e o horário de realização das mesmas.

O empregador deve dar conhecimento do diagnóstico das necessidades de qualificação e do projeto de plano de formação a cada trabalhador, na parte que lhe respeita, bem como à comissão de trabalhadores ou, na sua falta, à comissão intersindical, à comissão sindical ou aos delegados sindicais.

As microempresas, isto é, as que empregam menos de dez trabalhadores, não estão abrangidas por esta obrigação.

O empregador deve incluir os elementos sobre a formação contínua assegurada em cada ano no quadro da informação sobre a atividade social da empresa, atualmente constante do "anexo C" do Relatório Único, aprovado pela Portaria nº 55/2010, de 21 de Janeiro.

A formação contínua desenvolvida pelo empregador dá lugar à emissão de certificado e a registo na Caderneta Individual de Competências do Trabalhador, nos termos do regime jurídico do Sistema Nacional de Qualificações.

Quem deve estar abrangido pela formação em Segurança e Saúde no Trabalho prevista no art.º 20.º da Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro alterada pela Lei n.º 42/2012, de 28 de agosto e pela Lei n.º 3/2014, de 28 de janeiro?

Todos os trabalhadores da empresa

O que é considerado formação adequada em SST?

A formação adequada é toda a formação/ informação/ sensibilização que o trabalhador receba e que esteja em relação direta com a atividade desenvolvida pelo mesmo. Os riscos a que o mesmo está exposto deverão ser objeto dessa formação, especialmente, quando se trate de atividade com risco elevado

Elisabete Afonso (TSST)

Fonte:

[http://www.act.gov.pt/\(pt-PT\)/Itens/Faqs/Paginas/default.aspx](http://www.act.gov.pt/(pt-PT)/Itens/Faqs/Paginas/default.aspx)

QUEDAS AO MESMO NÍVEL - "NÃO CAIA NESSA"

NÃO CAIA NESSA!

QUEDAS AO MESMO NÍVEL NOS LOCAIS DE TRABALHO



Geralmente consideradas de pouca importância e, por vezes, motivo de troça por parte de colegas de trabalho ou amigos, as quedas ao mesmo nível podem ter consequências graves para o acidentado e representam uma percentagem significativa dos acidentes de trabalho.

Segundo o Eurostat (Gabinete de Estatísticas da União Europeia), as quedas ao mesmo nível representaram, em 2005, cerca de 14% dos acidentes de trabalho que deram origem a mais de 3 dias de ausência na Europa, tendo, em 2010, essa percentagem subido para 15%.

Em Portugal, no ano de 2013, 5% dos acidentes mortais tiveram origem em quedas ao mesmo nível, sendo de salientar que 19% dos acidentes de trabalho graves tiveram na sua origem um tropeção ou escorregão. Segundo a informação estatística disponível, os acidentes com quedas ao mesmo nível ocorreram essencialmente na construção civil (36%), nas indústrias transformadoras (19%) e no comércio (10%).

Tendo presente esta realidade, o Comité dos Altos Responsáveis da Inspeção do Trabalho (CARIT) decidiu realizar uma campanha, em toda a Europa, sobre quedas ao mesmo nível em 2014.

Em Portugal, a Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT) aderiu à campanha e irá realizar visitas inspetivas aos locais de trabalho em todo o território continental, promovendo a implementação dos processos de avaliação de riscos, bem como a regularização de situações irregulares detetadas e relacionadas com as quedas ao mesmo nível e a realização de ações de informação e sensibilização sobre aquela temática em empresas, escolas e centros de formação profissional.

PRINCIPAIS CAUSAS DAS QUEDAS AO MESMO NÍVEL

As quedas ao mesmo nível ocorrem quando o trabalhador caminha (muitas vezes apressadamente) no decorrer das suas tarefas diárias, e devem-se principalmente à desarrumação e desorganização dos espaços de trabalho. Podem dividir-se em dois tipos:



Escorregões: Ocorrem quando existe pouca tração ou atrito entre o calçado e a superfície. A aderência diminui e os pés começam a mover-se mais rápido do que a parte superior do corpo. As causas mais comuns são:

- Superfícies molhadas ou escorregadias (óleo, detergentes, etc.);
- Derrames acidentais de líquidos ou outras substâncias escorregadias;
- Pavimentos ou outras superfícies com diferentes graus de tração;
- Tapetes ou outras superfícies soltas;
- Condições climatéricas adversas (gelo, chuva ou neve).



Tropeções: São quedas que ocorrem quando os pés colidem com objetos que causam uma perda de equilíbrio e a parte superior do corpo continua a mover-se para a frente devido à força da inércia. As causas mais comuns são:

- Visão obstruída;
- Iluminação insuficiente;
- Cabos soltos e outros obstáculos nas vias;
- Pavimentos irregulares ou degradados;
- Tapetes enrolados ou levantados;
- Valas, aberturas e desníveis vários.

COMO PREVENIR

- Ande devagar. Não corra ou salte por cima de obstáculos ou vedações.
- Utilize calçado adequado (com solas antiderrapantes).
- Identifique os lugares onde existe a possibilidade de acontecerem quedas e tome medidas preventivas mesmo que os trabalhos sejam pequenos ou de pouca duração.
- Nos locais de trabalho, mantenha as vias de circulação, e os espaços em geral, arrumados, limpos, livres de obstáculos e em bom estado de conservação.
- Limpe de imediato os derrames com produtos absorventes (serrim, areia, etc., dependendo da natureza do derrame).
- Limpe os locais de trabalho (escadas, vias de circulação, zonas de passagem e máquinas) no final de cada jornada de trabalho, eliminando dejectos de animais, sujidades de óleo, etc.
- Proteja cabos soltos que se encontrem espalhados pelo pavimento (por ex., através da colocação de calhas).
- Sempre que possível utilize pisos antiderrapantes, ou aplique um tratamento antiderrapante no pavimento.

- Regularize os pavimentos. Elimine os desníveis (degraus isolados, soleiras de portas, etc.) ou substitua-os por rampas. Se não for possível, sinalize-os de forma bem visível.
- Verifique se os tapetes, carpetes e alcatifas se encontram bem fixos ao pavimento e não apresentam pontas soltas.
- Armazene as ferramentas e utensílios de trabalho em locais próprios (armários, caixas de ferramentas, painéis, etc.) evitando que fiquem espalhadas pelos espaços de trabalho.
- Mantenha os locais de trabalho com iluminação adequada e efectue uma manutenção periódica às luminárias (limpar as luminárias, trocar lâmpadas fundidas, etc.).
- Cubra todas as aberturas que existam no pavimento ou delimite-as com vedações devidamente identificadas e sinalizadas.
- Sinalize adequadamente todos os obstáculos existentes ou colocados propositadamente em zonas de passagem.
- Ao transportar objetos, certifique-se que a sua linha de visão não é afetada e que o peso do objeto transportado não afeta o seu equilíbrio.
- Avalie o grau de risco de queda identificada ou suspeita:
 - Ao efetuar uma inspeção às áreas de trabalho observe o comportamento dos trabalhadores.
 - Investigue os incidentes "que quase-aconteceram".
 - Entreviste os trabalhadores.
 - Examine os registos anteriores sobre as escorregadelas e quedas.
- É possível evitar as quedas ao mesmo nível desde que os profissionais recebam um treino completo sobre os métodos de segurança no trabalho e desde que sejam supervisionados de modo a assegurar que os mesmos estão a ser seguidos.

No site da ACT (Autoridade para as Condições de Trabalho) encontram-se disponíveis diversos questionários relacionados com o tema das quedas ao mesmo nível, destinados a empregadores e trabalhadores, que poderão ser adaptados às realidades de cada empresa. Consulte-os [aqui](#).

E porque uma imagem vale mil palavras, aconselhamos também a visualização do vídeo "**Napo in... No laughing matter - episode 001 - One small step**"



[Aqui](#).

Daniel Ferreira (TSST)

Fontes:

- http://negocios.maiadigital.pt/hst/sector_actividade/agro_pecuaria/folder.0005/document.0008#nivel

- http://www.wsib.on.ca/files/Content/Fact%20Sheet_Portuguese3129M/3129M_SlipsAndFalls.pdf
- <http://www.act.gov.pt/%28pt-PT%29/CentroInformacao/campanhas/campanhaquedasaomesmonivel2014/Paginas/default.aspx>
- <http://www.ptmedical.pt/importancia-quedas-populacao-idosa/>

PREVENÇÃO DE INFEÇÕES ASSOCIADAS AOS CUIDADOS DE SAÚDE (IACS)



De acordo com um estudo divulgado, no ano de 2013, pelo *Centro Europeu para a Prevenção e Controlo de Doenças*, a cada dia que passa, um em cada 18 doentes internados nos hospitais europeus contrai uma **infecção hospitalar**. Em Portugal, a taxa global de infeções ronda os 10,8%, o que significa que pelo menos um em cada dez doentes é infetado aquando da sua passagem pelas unidades de saúde.

As **infecções hospitalares** são mais frequentes entre os doentes internados nos cuidados intensivos, sendo mais comuns as respiratórias (como a pneumonia), seguidas das infeções urinárias e da corrente sanguínea.

DEFINIÇÃO DE IACS

A **Infeção Associada aos Cuidados de Saúde (IACS)**, anteriormente conhecida como infeção hospitalar, é uma infeção adquirida pelos doentes em consequência dos cuidados e procedimentos de saúde prestados e que pode, também, afetar os profissionais de saúde durante o exercício da sua atividade. Inclui também infeções adquiridas no decurso da prestação de cuidados, mas que se manifestam após a suspensão dos mesmos.

CONSEQUÊNCIAS DAS IACS

- Agravamento do estado de saúde do doente;
- Aumento do tempo de internamento;
- Sequelas e morte;
- Custos económicos adicionais elevados no sistema de saúde;
- Custos pessoais e sofrimento físico e emocional nos doentes e famílias.

COMO SE ADQUIREM AS IACS?

Qualquer pessoa internada em ambiente hospitalar para tratamento médico está sujeita a contrair uma infeção, a qual está diretamente relacionada com o tempo de internamento e os procedimentos médicos a ser realizados.



As **Infeções Associadas aos Cuidados de Saúde** podem ser causadas por bactérias, vírus, fungos e parasitas, sendo as duas primeiras as mais prevalentes.

Os microrganismos encontram-se no ambiente das unidades de saúde e nos próprios doentes (pele, vias respiratórias e trato gastrointestinal), sendo considerados parte da sua flora normal. A sua transmissão pode ocorrer das seguintes formas:

- Contacto físico direto entre a fonte e o doente, por exemplo, contacto pessoa-pessoa.
- Contacto indireto, ou seja, a transmissão do agente infeccioso da fonte para o doente ocorre de modo passivo através de um objeto (ex.: uso de utensílios inadequadamente descontaminados/ esterilizados).
- Via aérea – os microrganismos estão disseminados no ar e podem ser inalados por um hospedeiro suscetível dentro da mesma sala ou a longa distância do doente contaminado.
- Transmissão por veículos comuns - um material contaminado, por exemplo, alimentos, água ou medicamentos, pode ser o ponto de partida para a transmissão do agente microbiano aos doentes.

FATORES QUE CONTRIBUEM PARA O DESENVOLVIMENTO DAS IACS

- Sobrelotação das unidades de saúde;
- Não afetação de profissionais exclusivos para cuidar dos doentes infetados e colonizados;
- Transferências frequentes de doentes de uma enfermaria para outra;
- Aglomeração de doentes imunodeprimidos em unidades específicas (unidades de cuidados intensivos e intermédios).

PREVENÇÃO DAS IACS

- Adoção de boas práticas nos procedimentos invasivos, como por exemplo, utilização de técnica asséptica (técnica que permite a criação de ambientes esterilizados).
- Limpeza, desinfeção e esterilização dos dispositivos médicos.
- Uso racional de antimicrobianos.
- Administração segura de injetáveis.
- Limpeza, desinfeção e esterilização de todos os artigos e equipamentos antes de serem utilizados em outro paciente.
- Descontaminação do ambiente após a alta do paciente.
- Adoção de boas práticas na utilização e eliminação de cortantes e/ ou perfurantes.
- Encaminhamento correto do doente após exposição.
- Manutenção de um correto programa de vacinação.
- Isolamento e colocação dos doentes colonizados / infetados conforme a via de transmissão.
- Uso de luvas e avental quando há risco de contato com fluídos corporais do doente.

IMPORTÂNCIA DA LAVAGEM DAS MÃOS

Na maioria dos casos, as mãos dos profissionais de saúde constituem o veículo mais comum para a transmissão de microrganismos da pele do doente para as mucosas (ex.: trato respiratório) ou para locais do corpo habitualmente estéreis (ex.: sangue, líquido céfalo-raquidiano, líquido pleural, etc.) e de outros doentes ou do ambiente contaminado. Na ausência de cuidados de higiene das mãos, quanto maior a duração da prestação de cuidados, maior o grau de contaminação das mesmas.

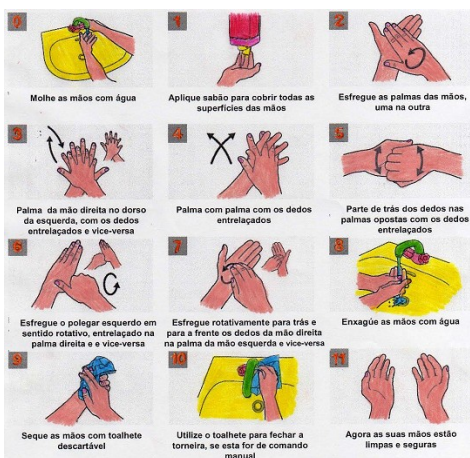
Quando lavar as mãos?

- Antes de comer ou manusear os alimentos.
- Após ter utilizado a casa-de-banho.
- Após assoar o nariz, tossir ou espirrar.
- Após tocar em animais ou nos seus dejetos
- Após manusear resíduos.
- Após mudar fraldas.
- Antes e após tocar em doentes ou feridas.
- Antes e após ir de visita a uma enfermaria (lembrar que também estão disponíveis soluções-alcoólicas para as mãos como alternativa).

Os Profissionais de saúde devem ainda lavar as mãos nas seguintes situações:

- Sempre que as mãos estejam visivelmente sujas.
- Antes e após contactar com os doentes.
- Após contactos contaminantes (exposição a fluidos orgânicos).
- Após contactar com materiais e equipamentos que rodeiam o doente.
- Antes de técnicas assépticas (recomenda-se a desinfeção das mãos).
- Antes e após usar luvas.

COMO LAVAR AS MÃOS?



Elisabete Afonso (TSST)

FICHA TÉCNICA:

Gestão de Conteúdos e Redação | Elisabete Afonso
Colaboração | Funcionários do Grupo 4Work
Concepção Gráfica | Ricardo Trindade
Edição | Departamento Formação
Periodicidade | Mensal

GRUPO 4 WORK

R. Tenente Espanca, nº 34 – 3º | 1050-223 Lisboa
Telef. (+351) 21 353 00 03 | Fax: (+351) 21 356 22 66
Home Page: www.4work.pt | E-mail: formacao@4work.pt