

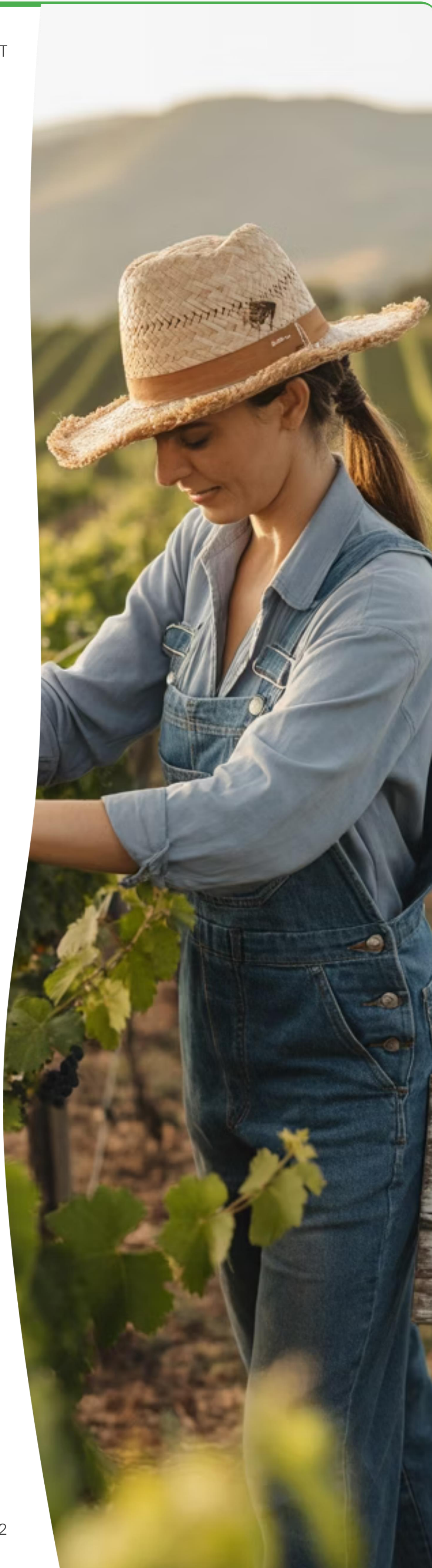


CONFAGRI

Medidas Destinadas a Promover a Melhoria da SST

ÍNDICE

	Introdução
	Página 4
	Organização dos serviços de SST
	Página 5
	Direito a Locais de Trabalho Seguros
	Página 7
	Gestão Sistemática dos Riscos, Plano de Medidas e Princípios Gerais de Prevenção
	Página 8-10
	Responsabilidades do Empregador e dos Trabalhadores
	Página 11
	Consulta e Participação dos Trabalhadores, Formação e Informação
	Página 12-13
	Zonas de Risco Elevado
	Página 14
	Igualdade de Oportunidades e de Condições de Trabalho
	Página 15-17



ÍNDICE (CONTINUAÇÃO)

	Vigilância, Ficha de Aptidão e Avaliação da Saúde dos Trabalhadores
	Página 18-19
	Relatório de Investigação, Análise de Acidentes de Trabalho e Diagnóstico e Comunicação de Doenças Profissionais
	Página 19-20
	Relatório Único Anual
	Página 21
	Referências Legais e Normativas
	Página 22
	Lista de Verificação
	Página 23

NOTA TÉCNICA

Este documento foi executado utilizando a Ferramenta OiRA - Agricultura

As ferramentas OiRA são plataformas online, gratuitas, criadas especialmente para ajudar micro e pequenas empresas a identificar e avaliar os riscos no local de trabalho, estando adaptadas a diferentes setores de atividade. Foram desenvolvidas pela Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho (EU-OSHA) e coordenadas em Portugal pela ACT – Autoridade para as Condições do Trabalho com apoio de entidades do sector agrícola, onde se inclui a CONFAGRI, CCRL.



Medidas Destinadas a Promover a Melhoria da SST

As empresas e explorações agrícolas estão legalmente obrigadas a assegurar condições de trabalho seguras e saudáveis, mediante a organização eficaz dos serviços de Segurança e Saúde no Trabalho (SST).

As ações de prevenção devem assentar em avaliações sistemáticas e contínuas dos riscos profissionais, com o objetivo de aplicar os princípios gerais de prevenção, promovendo a participação ativa dos trabalhadores, a formação contínua e a atenção adequada a grupos particularmente vulneráveis.

De igual modo, deve ser garantida a vigilância da saúde dos trabalhadores, bem como o rigoroso cumprimento das obrigações legais em vigor, nomeadamente no que respeita à comunicação de doenças profissionais e à submissão anual do Relatório Único.



Organização dos serviços de SST

As empresas/explorações agrícolas dispõem de três modalidades legalmente previstas para a organização dos serviços de Segurança e Saúde no Trabalho (SST), podendo optar pela solução mais adequada à sua realidade organizacional, de acordo com a legislação em vigor, das quais:

Serviços Internos

Devem adotar preferencialmente esta modalidade quando disponham de recursos para assegurar, de forma autónoma, o cumprimento das suas obrigações nesta matéria.

Serviços Externos

Quando não existem meios técnicos e recursos humanos internos adequados procede-se à contratação de empresas prestadoras de SST autorizadas.

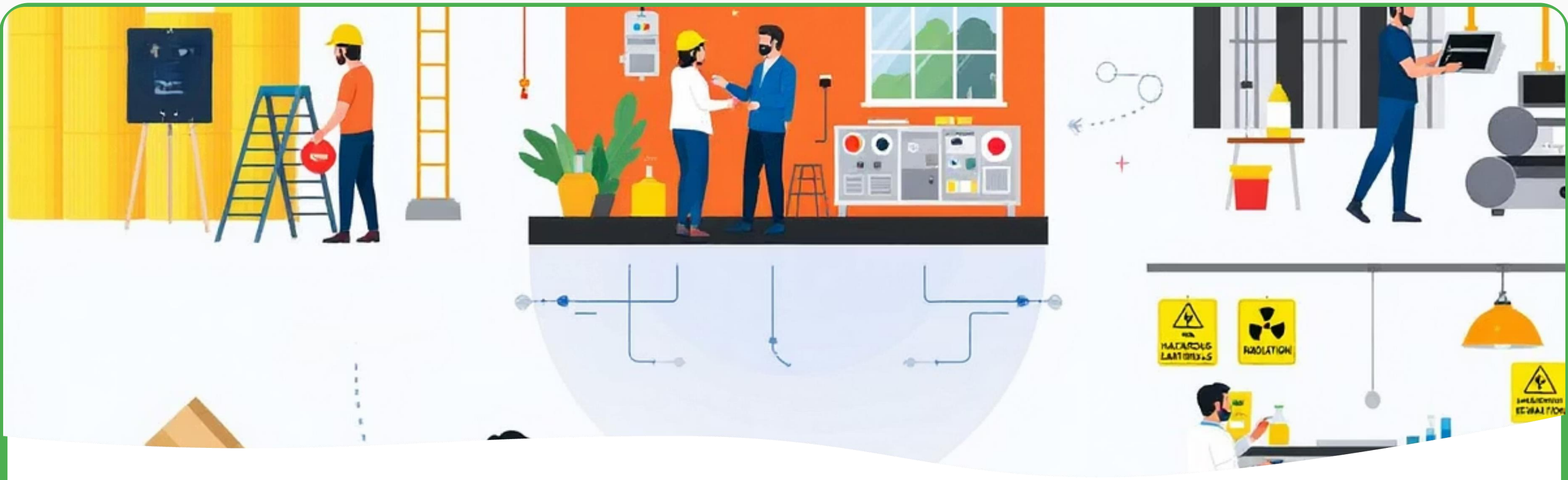
Serviços Comuns

São criados por várias empresas, não obrigadas a organizar serviços internos, servindo exclusivamente os seus trabalhadores, com acordo escrito entre as partes.

Microempresas

Nas microempresas, com até 9 trabalhadores e sem atividades de risco elevado, os serviços de segurança podem ser assegurados pela própria entidade patronal ou por um trabalhador designado, desde que possuam formação adequada e autorização da Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT).

Já os serviços de saúde podem ser garantidos através de unidades do Serviço Nacional de Saúde (SNS) que disponibilizem medicina do trabalho.



Serviços Internos Obrigatórios

A modalidade de serviços internos de Segurança e Saúde no Trabalho (SST) é obrigatória em empresas com pelo menos 400 trabalhadores ou em estabelecimentos que realizem atividades de risco elevado, expondo pelo menos 30 trabalhadores a tais riscos.

Consideram-se atividades de risco elevado as seguintes:



Construção e Obras

Atividades relacionadas com obras de construção, escavação, movimentação de terras, túneis, bem como trabalhos com risco de quedas em altura, soterramento, demolições e intervenções em ferrovias e rodovias sem interrupção de tráfego.



Indústrias Especializadas

Trabalho hiperbárico, atividades de indústrias extrativas, siderúrgica e de construção naval, fabrico, transporte e utilização de explosivos, atividades que envolvam produtos químicos perigosos e gases comprimidos, liquefeitos ou dissolvidos.



Exposições Perigosas

Contacto com correntes elétricas de média/alta tensão, radiações ionizantes, agentes cancerígenos, mutagénicos ou tóxicos, exposição a agentes biológicos do grupo 3 ou 4 ou à sílica.

Direito a Locais de Trabalho Seguros

A legislação portuguesa e europeia assegura a todos os trabalhadores o direito a exercerem as suas atividades em locais de trabalho seguros. Para tal, é responsabilidade do empregador organizar os serviços de SST e garantir a realização de avaliações de riscos profissionais em todos os locais e postos de trabalho.

Estas avaliações devem abranger tanto as tarefas rotineiras quanto aquelas realizadas com menor frequência. A abordagem deve centrar-se na identificação dos perigos e na avaliação rigorosa dos riscos, com o objetivo de implementar medidas preventivas e corretivas adequadas.

Após a avaliação dos riscos, deve ser proporcionada formação e informação aos trabalhadores sobre os perigos e riscos a que estão expostos, com vista ao seu envolvimento ativo na prevenção, contribuindo assim para a redução da probabilidade de acidentes de trabalho e doenças profissionais.

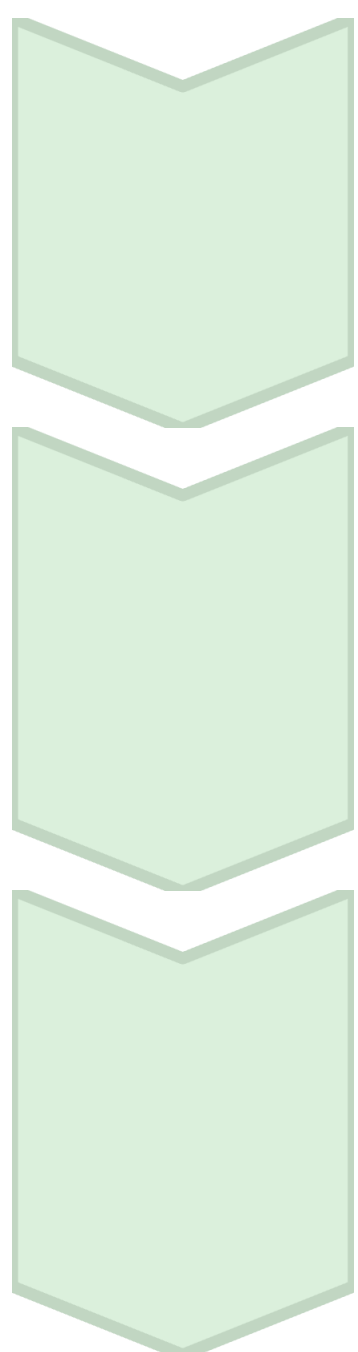
Gestão Sistemática dos Riscos

Uma gestão sistemática dos riscos deve integrar-se na gestão diária da empresa, através de processos e procedimentos eficazes. As avaliações de risco devem abranger todas as fases do processo produtivo, incluindo atividades preparatórias, de manutenção e de reparação, garantindo níveis adequados de proteção da segurança e saúde dos trabalhadores.

Plano de Ação

Concluída a avaliação de riscos, deve ser elaborado um plano de ação com o objetivo de eliminar ou minimizar os riscos identificados.

Para a elaboração do plano de ação, é essencial:



Solicitar e proceder à análise das fichas de dados de segurança dos produtos químicos adquiridos.

Verificar previamente os riscos associados aos equipamentos antes de sua aquisição, bem como assegurar que a empresa dispõe das condições de segurança adequadas para sua utilização.

Verificar se todas as atividades, incluindo aquelas realizadas de forma esporádica, estão devidamente contempladas na avaliação de riscos realizada.

Plano de Medidas

Concluída a avaliação de riscos nos postos de trabalho e definido o plano de ação, deve ser elaborado um plano de medidas com as seguintes características:



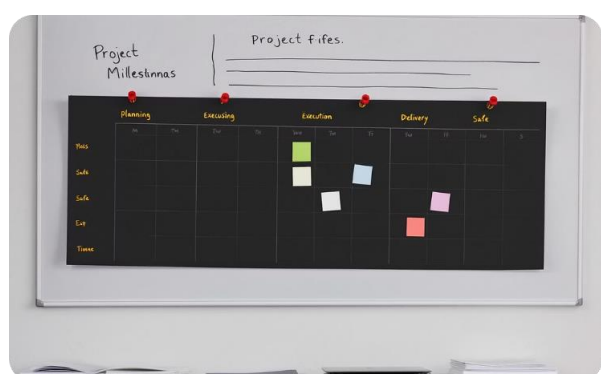
Medidas a implementar

Descrição clara das ações preventivas e corretivas necessárias para eliminar ou minimizar os riscos identificados.



Responsável pela implementação

Definição de quem será encarregado pela execução de cada medida específica no ambiente de trabalho.



Prazo de execução

Estabelecimento de prazos realistas para a conclusão de cada medida de segurança proposta.



Custos

Estimativa dos recursos financeiros e/ou humanos necessários para a implementação efetiva das medidas.



Periodicidade de acompanhamento

Definição da frequência com que será verificado o progresso da implementação das medidas de segurança.

Princípios Gerais de Prevenção



Identificação e Eliminação dos Riscos

A avaliação dos riscos relativos à segurança e saúde dos trabalhadores deve ser integrada em todas as atividades, instalações, processos, equipamentos, substâncias e produtos da empresa. Com base nessa avaliação, devem ser adotadas medidas adequadas que visem a eliminação dos riscos ou, quando tal não for possível, a redução dos seus efeitos.

É fundamental evitar e combater os riscos na sua origem, procurando eliminar ou minimizar a exposição dos trabalhadores e incrementar os níveis de proteção. Sempre que possível, deve-se proceder à substituição de elementos perigosos por alternativas isentas de perigo ou que apresentem menor grau de perigosidade.



Planeamento e Integração da Prevenção

Planear a prevenção como um sistema integrado que considere a evolução técnica, a organização do trabalho, as condições laborais, as relações sociais e os fatores ambientais.



Adaptação do Trabalho ao Trabalhador

Ajustar as condições laborais às características do trabalhador, nomeadamente na conceção dos postos, na escolha dos equipamentos e nos processos produtivos, de forma a diminuir a monotonia, a repetição e os riscos psicossociais.



Medidas de Proteção e Comunicação

Deve privilegiar-se a implementação de medidas de proteção coletiva em vez das individuais, garantindo-se que as exposições a agentes químicos, físicos, biológicos e a fatores psicossociais não representem riscos para a segurança e saúde dos trabalhadores.

Adicionalmente, é essencial elaborar e disseminar instruções claras e acessíveis, de modo a assegurar a correta compreensão por parte de todos os colaboradores.



Responsabilidades do Empregador

Compete ao empregador estabelecer regras de segurança e saúde que os trabalhadores devem seguir, com base na avaliação de riscos e na legislação em vigor.

Deve ainda definir procedimentos para o uso de equipamentos e para a realização de tarefas manuais que apresentem riscos, indicando as medidas preventivas a adotar para proteger a saúde e a integridade física dos trabalhadores.

Obrigações dos Trabalhadores

Cumprimento de Normas

Respeitar as normas legais de SST, bem como seguir as orientações definidas pelo empregador.

Manusear corretamente máquinas, equipamentos e substâncias perigosas, de acordo com as instruções do empregador, utilizando de forma adequada os equipamentos de proteção disponibilizados.

Responsabilidade Partilhada

Assegurar a própria segurança e saúde, assim como a das demais pessoas potencialmente afetadas pelas suas ações ou omissões, sobretudo no exercício de funções de liderança ou supervisão.

Colaborar na melhoria do sistema de segurança e saúde no trabalho, mantendo-se informado e participando nas consultas e exames médicos estipulados.

Comunicação de Riscos

Informar de imediato sobre avarias ou falhas que possam causar perigo grave e iminente, incluindo defeitos nos sistemas de proteção. Em situações de risco grave, aplicar as medidas previstas e, posteriormente, contactar o superior ou os responsáveis pela SST.

Consulta e Participação dos Trabalhadores

Os trabalhadores devem ser consultados, por escrito, pelo menos uma vez por ano, sobre os seguintes assuntos:

Avaliação e Gestão dos Riscos

Na identificação de situações de perigo/ riscos existentes na empresa, incluindo os trabalhadores sujeitos a riscos especiais;

Medidas que, pela sua influência nas tecnologias e funções, impactem a segurança e saúde no trabalho;

Medidas de segurança e saúde antes da sua implementação;

O equipamento de proteção que seja necessário utilizar.

Organização e Formação em SST

Necessidades de formação em segurança e saúde no trabalho, assim como a modalidade dos serviços a adotar.

Designações e Responsabilidades

Nomeação do responsável pela supervisão da modalidade de serviço adotada;

Designação e exoneração dos trabalhadores com funções específicas em SST;

Nomeação dos responsáveis pelos primeiros socorros, combate a incêndios e evacuação.

Relatórios de Acidentes

Partilhar lista anual de acidentes e respetivos relatórios com os trabalhadores.

Formação e Informação

Devem ser estabelecidas metodologias adequadas para a comunicação de informações aos trabalhadores, assegurando que, no mínimo, os riscos mais significativos sejam objeto de formação adequada.



Disponibilização da Informação

A disponibilização da informação relativa aos riscos a que os trabalhadores estão sujeitos deve ocorrer, nomeadamente, nas seguintes situações:

- Admissão na empresa
- Mudança de postos de trabalho ou de funções
- Introdução de novas tecnologias, novos equipamentos de trabalho ou alteração dos existentes
- Utilização de novos produtos
- Atividades que envolvam trabalhadores de diversas empresas



Regras e Obrigações

Devem ser definidas regras e obrigações que os trabalhadores devem adotar dentro da empresa e durante o desempenho das suas funções laborais.

Devem ser elaborados documentos informativos para os trabalhadores, referentes aos riscos existentes em cada posto de trabalho e na empresa de forma geral.



Conteúdo Programático das Ações

Os trabalhadores devem ser sensibilizados para a importância do cumprimento de regras de SST.

Deve ser definido um conteúdo programático, em função da avaliação de riscos efetuada e dar formação aos trabalhadores.



Registos de Formação e Informação

Devem ser mantidos registos das ações de formação e informação realizadas na empresa, contendo a data, os objetivos e a lista de participantes, como comprovativo da sua execução.



Zonas de Risco Elevado

1

Identificar Zonas de Risco

Com base na avaliação de riscos, devem ser identificadas as zonas de risco elevado.

2

Avaliar Capacidades

O médico do trabalho deve conhecer as zonas de risco e identificar que trabalhadores têm aptidão para desempenhar funções nesses locais.

3

Acesso Restrito

Apenas trabalhadores com formação e aptidão adequada devem ter permissão de aceder a essas zonas e pelo tempo estritamente necessário.

4

Fornecer Formação

Dar aos trabalhadores informações sobre os riscos e medidas de prevenção a adotar.



Igualdade de Oportunidades e de Condições de Trabalho

Nos termos do Código do Trabalho, os trabalhadores e candidatos a emprego têm direito à igualdade de oportunidades e de tratamento no acesso à formação, promoção, carreira profissional e condições de trabalho.

1

Folheto Informativo

Deve ser elaborado um folheto que reúna os direitos e deveres dos trabalhadores em matéria de igualdade e não discriminação, a ser distribuído a todos os trabalhadores no seu primeiro dia de trabalho na exploração.

2

Cartaz Informativo

O empregador é responsável por elaborar e afixar, em local visível e acessível a todos, um cartaz com a mesma informação.

3

Ações de Sensibilização

Adicionalmente, devem ser promovidas e organizadas ações e sessões de sensibilização dirigidas a todos os trabalhadores, com o objetivo de esclarecer os seus direitos e deveres nesta matéria.

Trabalhadores Menores

Condições de trabalho adequadas

O empregador deve garantir que os trabalhadores menores exercem as suas funções em condições que não prejudiquem o seu desenvolvimento físico, psíquico, moral, intelectual e cultural.

Limites legais à contratação

Segundo o Código do Trabalho, é proibida a contratação de menores de 16 anos, salvo se tiverem concluído a escolaridade obrigatória ou estiverem matriculados e a frequentar o ensino secundário, e apenas para a realização de trabalhos leves.

Trabalho em empresa familiar

Em contexto de empresa familiar, o menor com idade inferior a 16 anos só pode trabalhar sob vigilância e direção de um adulto do seu agregado familiar.

Obrigações de comunicação

A admissão de um menor deve ser comunicada ao serviço de inspeção do ministério responsável pela área laboral, no prazo de 8 dias.

Avaliação de riscos

Antes do início das funções ou de qualquer alteração relevante nas condições de trabalho, devem ser avaliados os riscos em todos os postos de trabalho onde menores venham a atuar.

Formação e informação

O empregador deve:

- Formar os trabalhadores menores sobre os riscos existentes e as medidas preventivas adotadas;
- Informar os respetivos representantes legais sobre esses riscos e medidas, promovendo o seu envolvimento na sensibilização e prevenção.



Condições de trabalho para trabalhadoras grávidas, puérperas ou lactantes e para trabalhadores com deficiência ou doença crónica

O empregador deve assegurar condições de trabalho seguras, adequadas e compatíveis com a situação individual de trabalhadoras grávidas, puérperas ou lactantes, bem como de trabalhadores com deficiência ou doença crónica, garantindo o respeito pela sua saúde, segurança, dignidade e direitos, conforme previsto no Código do Trabalho.

Estes trabalhadores têm direito às mesmas oportunidades no acesso ao emprego, formação, promoção e condições de trabalho, sem prejuízo das adaptações necessárias decorrentes da sua condição específica.

1

Avaliação de Riscos

Proceder à avaliação de riscos antes do início das funções ou de qualquer alteração relevante no posto de trabalho

2

Medidas Preventivas

Identificar perigos e implementar medidas preventivas para eliminar ou minimizar os riscos profissionais, salvaguardando a saúde e segurança destes trabalhadores

3

Adequação das Funções

Assegurar a compatibilidade das funções e condições de trabalho com as limitações e necessidades decorrentes da gravidez, amamentação, deficiência ou doença crónica

4

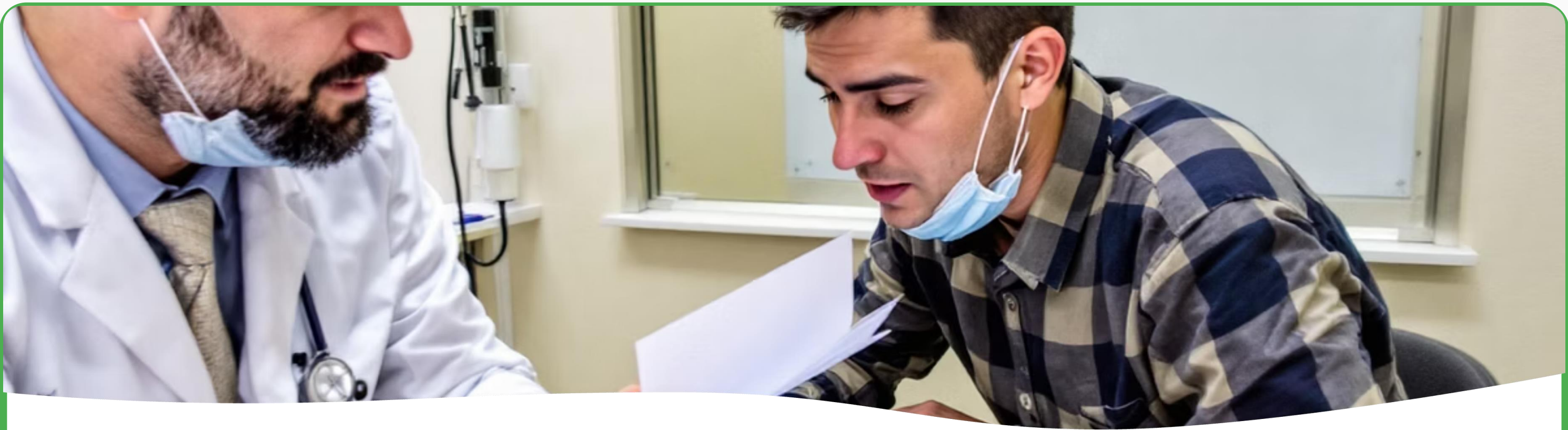
Cumprimento Legal

Aplicar as normas legais de proteção da saúde e segurança no trabalho;

5

Formação e Informação

Formar e informar os trabalhadores sobre os riscos existentes nos seus postos de trabalho e as medidas de prevenção adotadas, envolvendo também, se necessário, os seus representantes legais



Vigilância da Saúde

O empregador deve garantir a realização de exames médicos adequados para avaliar a aptidão física e psíquica dos trabalhadores para as suas funções. Para tal, deve elaborar e fornecer ao médico do trabalho uma lista contendo os nomes dos trabalhadores e as respetivas idades e comunicar-lhe quais os perigos e riscos existentes nos postos de trabalho.

A vigilância da saúde dos trabalhadores é responsabilidade do médico do trabalho, que deve estar familiarizado com as condições laborais.

Salvo indicação em legislação específica, devem ser realizados, pelo menos, os exames de saúde seguintes:

Exames de Admissão

Verificam aptidão inicial do trabalhador e devem ser realizados antes do início do trabalho ou se a urgência da admissão o justificar, nos 15 dias seguintes.

Exames Periódicos

Anuais para menores e trabalhadores com mais de 50 anos. De dois em dois anos para os restantes trabalhadores.

Exames Ocasionais

Quando há alterações substanciais no trabalho que possam ter repercussão nociva na saúde do trabalhador ou regresso após ausência superior a 30 dias por doença ou acidente.

Ficha de Aptidão e Avaliação da Saúde dos Trabalhadores

Ficha de Aptidão

O médico do trabalho é responsável por preencher a ficha de aptidão após os exames de admissão, periódicos ou ocasionais.

Uma cópia deve ser enviada ao responsável pelos recursos humanos da empresa.

Inaptidão

Caso o exame revele inaptidão, o médico deve indicar, quando possível, outras funções adequadas ao trabalhador.

Comunicação

A ficha de aptidão não pode conter informações sujeitas a segredo profissional e deve ser comunicada ao trabalhador, que deve assinar e datar o seu conhecimento.

Relatório de Investigação e Análise de Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais



Relatório

Após a ocorrência de um acidente de trabalho ou doença profissional, deve ser elaborado um relatório detalhado do evento.



Investigação

A investigação deve identificar as causas do incidente, a fim de implementar medidas de proteção que previnam a recorrência.



Metodologia

É essencial definir uma metodologia e um modelo padrão para o registo e análise destes incidentes.

Diagnóstico e Comunicação de Doença Profissional

Quando o médico do trabalho suspeitar que um trabalhador tem uma doença profissional, deve fazer um diagnóstico preliminar e comunicar essa suspeita ao Instituto de Segurança Social (ISS) - Departamento de Proteção Contra os Riscos Profissionais (DPRP), usando um formulário específico, no prazo máximo de 8 dias. Essa comunicação é obrigatória.

Após a confirmação oficial da doença profissional, o empregador recebe a notificação e deve:

1

Investigar as causas

2

Implementar soluções

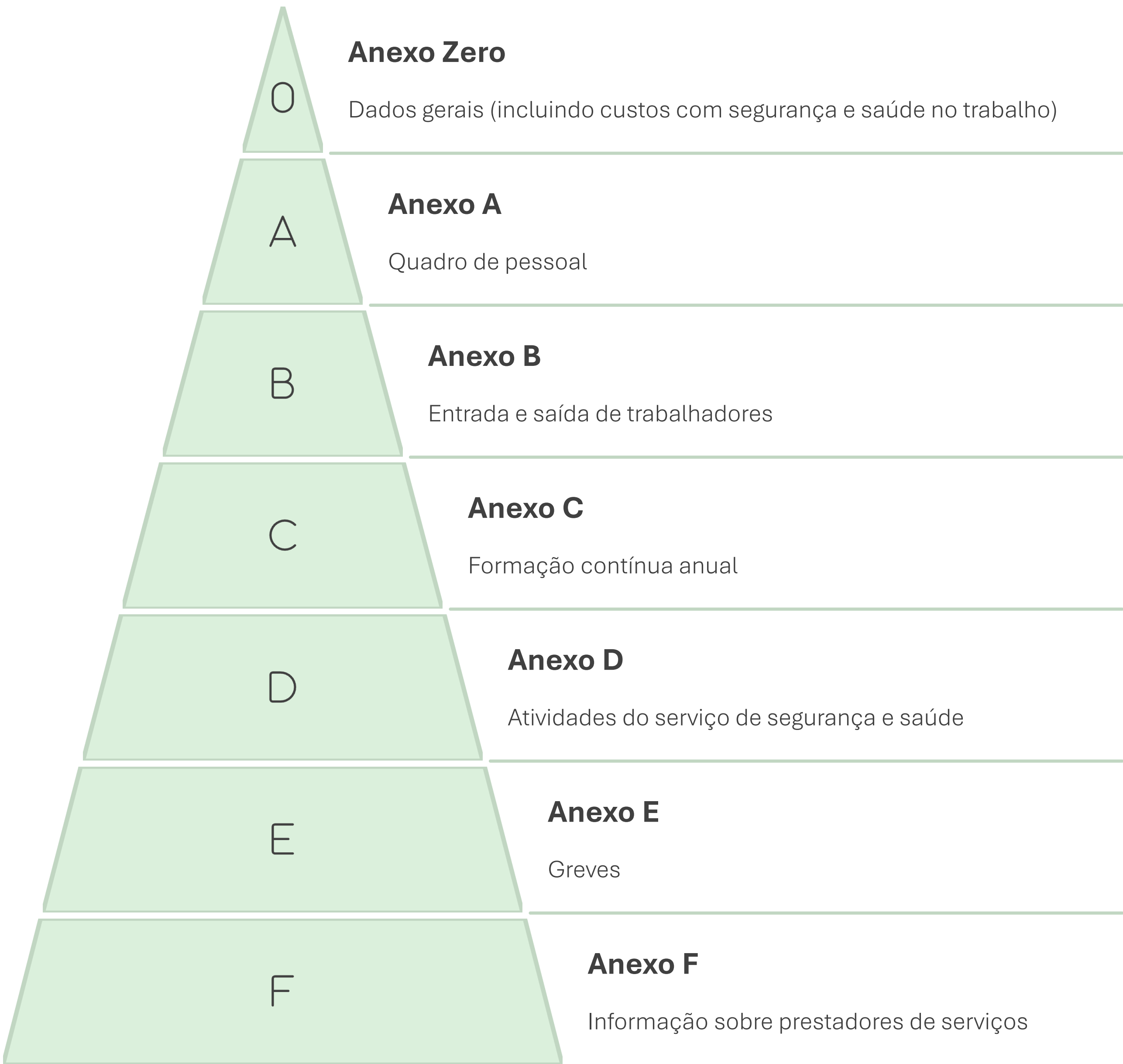
Para eliminar ou reduzir a exposição dos trabalhadores aos riscos, como:

- Eliminar ou diminuir o tempo de exposição aos riscos
- Instalar equipamentos de proteção coletiva
- Fornecer equipamentos de proteção individual adequados



Relatório Único Anual

O empregador é responsável por preencher e enviar anualmente o Relatório Único. O relatório inclui o documento principal e sete anexos:



O Relatório Único deve ser entregue através de um formulário eletrónico e corresponde às atividades desenvolvidas no ano anterior. Recomenda-se consultar o site oficial no início de cada ano para saber o prazo e instruções de envio.

Referências Legais e Normativas

Incluindo todas as alterações até à data de 2 de junho de 2025:

- [Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro](#) - Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho.
- [Lei n.º 98/2009, de 4 de setembro](#) - Regulamenta o regime de reparação de acidentes de trabalho e de doenças profissionais, incluindo a reabilitação e reintegração profissionais, nos termos do artigo 284.º do Código do Trabalho, aprovado pela [Lei n.º 7/2009, de 12 de Fevereiro](#).
- [Decreto-Lei n.º 352/2007, de 23 outubro](#) - Aprova a nova Tabela Nacional de Incapacidades por Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais, revogando o [Decreto-Lei n.º 341/93, de 30 de Setembro](#), e aprova a Tabela Indicativa para a Avaliação da Incapacidade em Direito Civil.
- [Portaria n.º 55/2010, de 21 de janeiro](#) – Regula o conteúdo do relatório anual referente à informação sobre a atividade social da empresa e o prazo da sua apresentação, por parte do empregador, ao serviço com competência inspetiva do ministério responsável pela área laboral.
- [Portaria n.º 71/2015 de 10 de março](#) – Aprova o modelo de ficha de aptidão para o trabalho e revoga a [Portaria n.º 299/2007, de 16 de março](#).
- [Lei n.º 7/2009, de 12 de fevereiro](#) - Aprova a revisão do Código do Trabalho.

Lista de Verificação

Medidas Destinadas a Promover a Melhoria da SST

Identificação

Data da Avaliação:

Designação Exploração:

Localização da exploração:

Responsável pela Verificação:

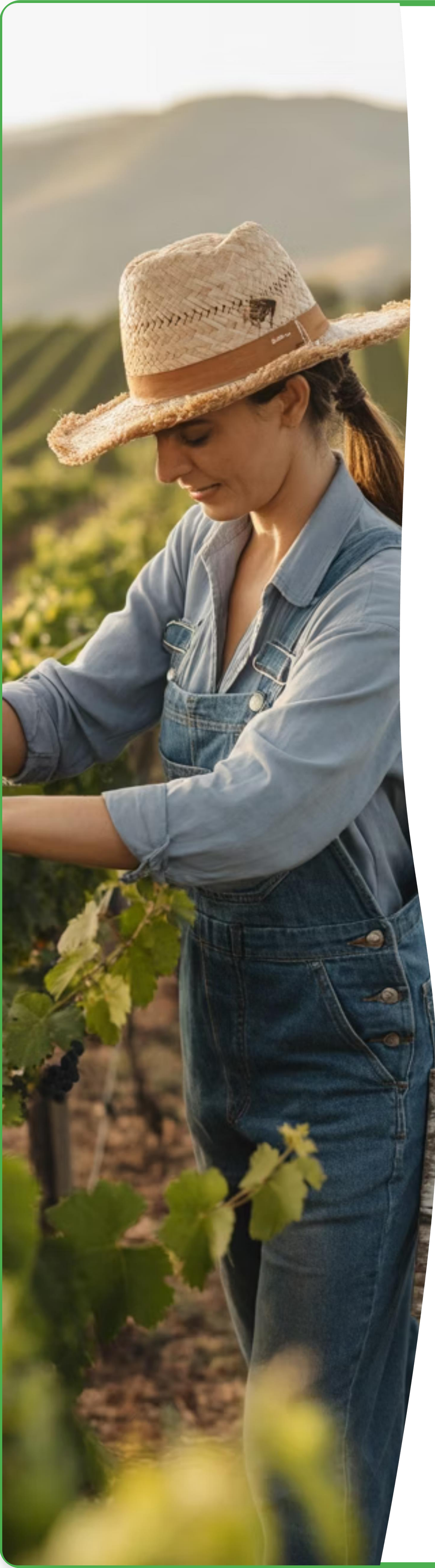
Item de Verificação	Conformidade (✓/X)	Obrigação/ Recomendação
1. A empresa tem os serviços de SST organizados?		Ver página 5-6
2. O empregador assegura que os trabalhadores realizam as suas atividades em condições que respeitem a sua segurança e saúde nos locais de trabalho?		Ver página 7
3. A prevenção dos riscos profissionais assenta numa correta e permanente avaliação de riscos?		Ver página 8
4. Foram realizadas avaliações de riscos antes de se adotar as medidas de prevenção?		Ver página 8-9
5. Os princípios gerais de prevenção são adotados na empresa?		Ver página 10

Lista de Verificação

Medidas Destinadas a Promover a Melhoria da SST

Continuação

Item de Verificação	Conformidade (✓/X)	Obrigação/ Recomendação
6. A entidade patronal cumpre com as suas obrigações em matéria de avaliação de riscos, medidas e material de proteção, registo e comunicação de acidentes de trabalho?		Ver página 11
7. Os trabalhadores são consultados, por escrito, pelo menos uma vez por ano em matérias de SST?		Ver página 12
8. O empregador prestou aos trabalhadores formação e Informação sobre os riscos e sobre as medidas de proteção e de prevenção?		Ver página 13-14
9. É assegurada a igualdade de oportunidades e condições de trabalho para grupos vulneráveis (menores, grávidas, pessoas com deficiência ou doença crónica)?		Ver página 15-17
10. O empregador garante a vigilância da saúde dos trabalhadores e a receção da ficha de aptidão nos RH?		Ver página 18-19
11. O empregador dispõe de uma metodologia para o registo e análise de acidentes de trabalho e doenças profissionais?		Ver página 19
12. O empregador entrega anualmente o Relatório Único?		Ver página 21



Constituída em Outubro de 1985, com a finalidade de representar e defender os interesses das cooperativas agrícolas, agroalimentares e dos agricultores, promovendo o desenvolvimento sustentável da agricultura, a valorização dos produtores e o fortalecimento do setor cooperativo em Portugal, a "**CONFAGRI – Confederação Nacional das Cooperativas Agrícolas e do Crédito Agrícola de Portugal, CCRL**", é a estrutura de cúpula de praticamente todo o universo Cooperativo Agrícola do nosso País.

FICHA TÉCNICA

Título | Gestão da Segurança e Saúde no Trabalho – Medidas Destinadas a Promover a Melhoria da SST

Edição | CONFAGRI – Confederação Nacional das Cooperativas Agrícolas e do Crédito Agrícola de Portugal

Operação | Projeto nº. PDR2020-214-103142 | PDR2020 – Programa de Desenvolvimento Rural 2014-2020

Ano | 2025