



BOOST YOUR **HSE** CAREER



## + Quem Somos

Com presença alargada em **todo o mundo**, a iNLS Solutions é uma empresa de **formação e consultoria especializada** nas áreas de Ambiente, Saúde e Segurança nas indústrias de Petróleo e Gás, Construção, Minas e Cuidados de Saúde.

Se procura diferenciar-se pela excelência nestas temáticas e pretende aumentar a sua competitividade nos **mercados internacionais**, nós temos as **soluções**.

Somos Centro Acreditado

Serviços de Formação e Consultoria em diferentes países:



## NEBOSH - International General Certificate in Occupational Health and Safety (IGC) em Português

O NEBOSH International General Certificate in Occupational Health and Safety é uma das mais populares e reconhecidas qualificações de saúde e segurança do seu tipo no mundo. É amplamente procurada por pessoas que querem ver as competências na área da saúde e segurança no trabalho reconhecidas globalmente. Os detentores desta qualificação credenciada são capazes de identificar, avaliar e controlar uma ampla gama de riscos no local de trabalho. A qualificação incentiva uma abordagem pragmática de gestão de riscos e do conteúdo que pode ser aplicado em locais de trabalho em qualquer lugar do mundo.

Globalmente, os empregadores encontram no International General Certificate um meio para melhorar a cultura de segurança das suas organizações, fornecendo uma sólida compreensão dos princípios de gestão de risco.

### OBJECTIVOS GERAIS

Pretende-se que, no final do curso de formação, os formandos tenham aprofundado os conhecimentos e desenvolvido novas competências na área da segurança e saúde ocupacional.

### OBJECTIVOS ESPECÍFICOS

No final da formação os formandos deverão ser capazes de:

#### Unidade IG1: Gestão da saúde e segurança

- Discutir as razões de ordem moral, financeira e jurídica para a gestão da saúde e segurança no local de trabalho;
- Explicar de que modo a saúde e a segurança são reguladas e as consequências do seu incumprimento;
- Resumir as principais obrigações de saúde e segurança de diferentes grupos de pessoas no trabalho;
- Explicar como os contratantes devem ser selecionados, monitorizados e geridos;

- ⦿ Apresentar uma visão de conjunto dos elementos de um sistema de gestão de saúde e segurança e os benefícios resultantes de possuir um sistema formal/certificado;
- ⦿ Discutir os principais componentes dos sistemas de gestão de saúde e segurança que os tornam eficazes – política, responsabilidades e disposições;
- ⦿ Descrever o conceito de uma cultura de saúde e segurança e como ela influencia o desempenho;
- ⦿ Resumir como melhorar a cultura de saúde e segurança no trabalho;
- ⦿ Resumir os fatores humanos que influenciam positiva ou negativamente o comportamento no trabalho de tal modo que possam afetar a saúde e a segurança;
- ⦿ Explique os princípios do processo de avaliação de riscos;
- ⦿ Produzir uma avaliação de riscos de um local de trabalho que considere uma vasta gama de riscos identificados (retirados dos elementos 5 – 11) e que satisfaça as melhores práticas ("adequadas e suficientes");
- ⦿ Discuta as mudanças típicas do local de trabalho que têm impactos significativos na saúde e segurança e as maneiras de minimizar esses impactos;
- ⦿ Descreva o que deve considerar ao desenvolver e implementar um sistema de trabalho seguro para atividades gerais;
- ⦿ Explique o papel, função e funcionamento de um sistema de autorização de trabalho;
- ⦿ Discuta os procedimentos de emergência típicos (incluindo formação e testes) e como decidir que nível de primeiros socorros é necessário no local de trabalho;
- ⦿ Explique porquê e de que modo os incidentes devem ser investigados, registados e comunicados;
- ⦿ Discuta os métodos e indicadores comuns utilizados para monitorizar a eficácia de sistemas de gestão;
- ⦿ Explique o que é uma auditoria e como é utilizada para avaliar um sistema de gestão;
- ⦿ Explique porquê e de que modo são necessárias revisões periódicas do desempenho de saúde e segurança;

## Unidade IG2: Avaliação de riscos

- ⦿ Saúde Física e Psicológica
  - Ruído;
  - Vibrações;
  - Radiação;
  - Desequilíbrio Mental;
  - Violência no Trabalho;

- Abuso de Substâncias no Local de Trabalho;
- Saúde Musculosquelética
  - Lesões dos Membros Superiores Relacionadas com o Trabalho;
  - Movimentação Manual;
  - Equipamento de Movimentação de Cargas;
- Agentes Químicos e Biológicos
  - Substâncias Perigosas;
  - Avaliação dos Riscos para a Saúde;
  - Limites de Exposição Ocupacional;
  - Medidas de Controlo;
  - Agentes Específicos;
- Aspetos Gerais no local de trabalho
  - Saúde, Bem-Estar e Ambiente de Trabalho;
  - Trabalho em Altura;
  - Trabalho Seguro em Espaços Confinados;
  - Trabalhadores Isolados;
  - Tropeções e Escorregões;
  - Movimento Seguro de Pessoas e Veículos no Local de Trabalho;
  - Condução Relacionada com o Trabalho;
- Equipamento de Trabalho
  - Requisitos Gerais;
  - Ferramentas Manuais;
  - Perigos das Máquinas;
  - Medidas de Controlo para Máquinas;
- Fogo
  - Princípios do Fogo;
  - Prevenção do Incêndio e do Alastramento do Incêndio;
  - Alarmes de Incêndio e Combate a Incêndio;
  - Evacuação em caso de Incêndio;
- Eletricidade
  - Riscos e Perigos;
  - Medidas de Controlo;

## ESTRUTURA DO CURSO

### Unidade IG1 – Gestão de Saúde e Segurança

- Avaliação – Exame teórico de 2 horas (mínimo de 45 valores para passar)

### Unidade IG2 – Avaliação de Riscos

- **Avaliação** – Avaliação prática de 3 horas (recomendadas) (*Pass* ou *Refer* são os resultados possíveis nesta Unidade)



# BOOST YOUR **HSE** CAREER

## DESTINATÁRIOS

Esta qualificação é para qualquer pessoa que precise obter uma sólida compreensão dos princípios de saúde e segurança no local de trabalho, em qualquer lugar do mundo onde eles possam trabalhar.

O Certificado Geral Internacional agora é comumente visto como uma qualificação muito útil para gerentes, supervisores e aqueles que precisam ter uma boa compreensão das suas responsabilidades de saúde e segurança e que desejam implementar melhorias sustentáveis de saúde e segurança.

## PRÉ-REQUISITOS

Não aplicável.

## DURAÇÃO

68h de formação;

5h de Exames.

## FORMA DE ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO

Formação Presencial;

Formação E-learning.