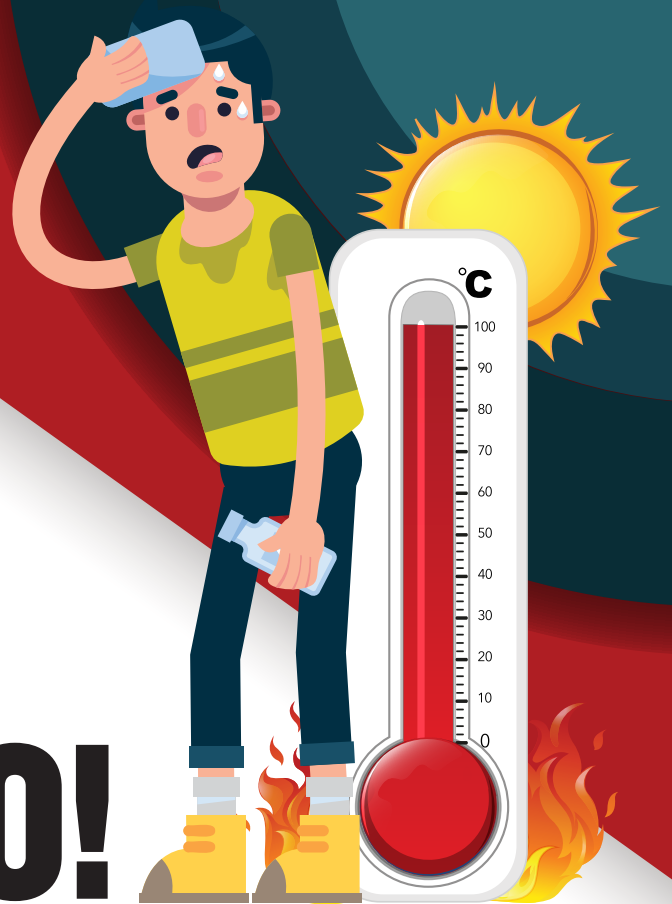




**TRABALHAR SOB  
TEMPERATURAS ELEVADAS**

# Q CALOR É UM RISCO!



**Nenhum trabalhador deve trabalhar em condições ambientais que ponham em causa a sua integridade física e psicológica. É essencial proteger a saúde dos trabalhadores e melhorar as condições laborais.**

No Verão, os trabalhadores estão mais expostos ao calor intenso, e os períodos de calor extremo têm-se tornado mais frequentes e prolongados, dificultando, cada vez mais, o trabalho e agravando os riscos para a saúde e a segurança dos trabalhadores, sobretudo para aqueles que executam tarefas no exterior.

A Administração Local – composta por autarquias, serviços e empresas públicas e privadas, e pela multiplicidade de serviços que assegura – é especialmente susceptível de expor os seus profissionais a trabalhos com temperaturas elevadas ou a exposição solar directa.

A lei não estabelece uma temperatura acima da qual os trabalhadores têm de parar de trabalhar. Porém, existem normas e orientações que têm de ser respeitadas.

Os empregadores estão obrigados a zelar pela saúde dos trabalhadores ao seu serviço, não os podendo expor a riscos profissionais, como é o caso do calor. E têm a obrigação de organizar os serviços e adoptar medidas que promovam a Segurança e Saúde no Trabalho.

*“Todos os trabalhadores, sem distinção de idade, sexo, raça, cidadania, território de origem, religião, convicções políticas ou ideológicas, têm direito: (...) A prestação do trabalho em condições de higiene, segurança e saúde”.*

Art.º 59.º da Constituição Portuguesa



**SINDICALIZA-TE**

**HOJE!**

[www.stal.pt/aderir](http://www.stal.pt/aderir)

# RISCO TÉRMICO

O risco térmico, causado pela exposição a temperaturas elevadas, é sobejamente conhecido e tem graves consequências: **insolações, exaustão, rupturas musculares, desmaios, câibras, erupções cutâneas e inchaços.**

E a longo prazo, a exposição a temperaturas elevadas é responsável por **danos cardíacos, renais e hepáticos, exaustão crónica, distúrbios de sono, susceptibilidade a ferimentos, infertilidade temporária e o agravamento de patologias existentes.**



*"O empregador deve assegurar ao trabalhador condições de segurança e de saúde em todos os aspectos do seu trabalho."*

Art.º 15.º do Regime Jurídico da Promoção da Segurança e Saúde no Trabalho

## O STAL EXIGE A ADOÇÃO DE MEDIDAS

Os empregadores não podem argumentar que desconhecem os riscos do trabalho em temperaturas elevadas ou que não existe alternativa à realização do trabalho.

Para proteger os trabalhadores, entre outras medidas que se verifiquem necessárias, os empregadores devem:

- » Estabelecer planos de prevenção de calor, podendo ter por base os Alertas Amarelos emitidos pela Protecção Civil, e em que sejam consultados e informados os trabalhadores e os seus representantes;
- » Disponibilizar água fresca potável no local de trabalho;
- » Precaver áreas de descanso climatizadas ou sombreadas;

- » Salvar o funcionamento de equipamentos de climatização;
- » Limitar a exposição à luz solar directa;
- » Adaptação de processos de trabalho;
- » Nas horas de maior calor apenas permitir trabalho em viaturas climatizadas;
- » Permitir ritmos de trabalho mais lentos e períodos de recuperação maiores;
- » Incluir protector solar na lista de EPI.

## SST É UM DIREITO!

Se conheces situações em que o empregador não está a acautelar o teu direito a trabalhar em segurança, denuncia e contacta-nos ([stal.pt/contactos](http://stal.pt/contactos))!

A Segurança e Saúde no Trabalho (SST) é um direito fundamental de quem trabalha, que tem de ser protegido e reforçado.

Para fazer valer os direitos é muito importante a existência de representantes dos trabalhadores para a SST. Apoia o Sindicato na realização de eleições e elege representantes que lutem pela melhoria das condições de trabalho.

Organiza-te! E conta com o STAL na luta pelos teus direitos.

**ALERTA!**  
**SE O CALOR**  
**FOR EXTREMO**  
**PAREM O TRABALHO**  
**E PROTEJAM-SE!**

**UNIDOS SOMOS  
MAIS FORTES**