

UFCD 6669

Ficha

1. – Leia atentamente as seguintes definições de Saúde, e assinale a que considera ser a recomendada pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o conceito de "saúde", mais do que ausência de doença, representa uma situação de completo bem-estar físico, psíquico e social. Inclui também a adequação do sujeito individual ao meio em que está inserido.

☒

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o conceito de "saúde", mais do que ausência de doença, representa uma situação de bem-estar físico, psíquico e mental. Inclui também a adequação das comunidades ao grupo em que estão inseridas.

☐

Cotação pela opção correta: 2v.

2. Assinale com ou V de «verdadeiro» e um F de «falso, as seguintes definições relativas ao conceito de “Acidente de trabalho”.

☒

É todo acidente que se verifique no local e no tempo de trabalho e produza direta ou indiretamente lesão corporal, perturbação funcional ou doença de que resulte a morte ou redução na capacidade de trabalho ou de ganho.

☒

Quando ocorrido fora do local ou do tempo de trabalho, quando verificado na execução de serviços determinados pela entidade empregadora ou por esta consentida.

☒

Na ida para o local de trabalho ou no regresso deste.

☒

Na execução de serviços espontaneamente prestados e de que possa resultar proveito económico para a entidade empregadora.

Cotação por resposta correta: 1v. (total: 4v)

3. Elimine as expressões erradas no texto que se segue, sobre os cuidados a observar na seleção de Equipamentos de Proteção Individual.

Na seleção de Equipamentos de Proteção Individual devemos considerar alguns aspetos, como o tipo de riscos/~~possibilidades~~ contra os quais se pretende ter proteção, a parte ~~da/o cabeça~~/corpo que se pretende proteger, o tipo de condições de trabalho, as características físicas/~~mentais~~ do trabalhador, a adaptabilidade, comodidade e robustez/~~elasticidade~~ do equipamento.

Cotação por seleção correta: 1v. (total: 4v)

4. Assinale com ou X as opções que considera corretas.

4.1 O esforço físico exigido na Movimentação Manual de Cargas afeta a segurança e a saúde, uma vez que este pode ser...

- ☒ Excessivo;
- ☒ Implicar movimentos de torção e inclinação do tronco;
- ☐ Induzir a adoção de posturas irritáveis (INSTÁVEIS);
- ☒ Repetitivo e prolongado.

Cotação por seleção correta: 1v. (total: 3v)

5. Assinale com ou V de «verdadeiro» e um F de «falso, as seguintes frases relacionadas com o trabalho com Equipamentos Dotados de Visor.

- ☒ O uso prolongado do teclado ou do rato pode levar a dores nos músculos e pés (*nervos*).
- ☒ Os pés devem estar apoiados no chão ou num suporte apropriado.
- ☒ O antebraço deve ficar alinhado num ângulo de 180 graus, com o teclado de modo a ficar numa posição relaxada. (*100 a 110 graus*)
- ☒ alterar as tarefas com o fim de não permanecer com o corpo na mesma posição, por tempo prolongados, durante o trabalho.
- ☒ Regular o monitor de modo a evitar brilho excessivo.
- ☒ ajustar e posicionar o monitor de modo que ao olhar para ele, os olhos fiquem direitos (*o pescoço fique em posição neutra ou reta*).
- ☒ Digitar no teclado com as mãos firmes (*relaxadas*).

Cotação por resposta correta: 1v. (total: 7v)

Cotação total: 20v (valores)