

The background is a solid green color with a collage of various chemical safety symbols and laboratory equipment. The symbols include a skull and crossbones (toxic), a flame (flammable), a person with a starburst on their chest (health hazard), a fish and a tree (environmental), a bomb (explosive), and a gas cylinder. Laboratory equipment like a beaker, a flask, and a test tube are also visible. The symbols are rendered in a lighter shade of green, creating a subtle pattern.

O MEU ASSISTENTE QUÍMICO  
**DICIONÁRIO DE  
LISTA DE VERIFICAÇÃO**

# Checklist overview

## Parte I: Manuseamento, utilização e exposição de substâncias perigosas

### Boas práticas para determinados produtos químicos e substâncias perigosas

Aplica as boas práticas de trabalho descritas para reduzir os riscos quando trabalha com **substâncias cancerígenas, mutagénicas ou tóxicas para a reprodução?**

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho para reduzir os riscos quando trabalha com **substâncias sensibilizantes?**

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho para reduzir a exposição ao **amianto?**

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho para reduzir os riscos quando trabalha com **citostáticos** ou qualquer outro medicamento que possa causar efeitos adversos?

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho para reduzir os riscos quando trabalha com **isocianatos/poliuretano, epoxídicos, acrilatos ou cianoacrilatos?**

Sim  Não

Aplica as boas práticas de trabalho para reduzir a exposição às **poeiras que contêm quartzo?**

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho para reduzir a exposição a poeiras provenientes da lã mineral, por exemplo **lã de vidro, lã de rocha ou fibra de vidro**?

Sim  Não

Se não pode evitar trabalhar com **fibras refratárias**, fibras especiais ou fibras cristalinas, aplica as boas práticas de trabalho descritas para reduzir a exposição (e o risco de cancro)?

Sim  Não

## Trabalhadores com riscos específicos

Sabe quais são as substâncias químicas com as quais as mulheres grávidas e lactantes não estão autorizadas a trabalhar?

Sim  Não

Sabe quais são as substâncias químicas com as quais os trabalhadores jovens não estão autorizados a trabalhar?

Sim  Não

Fez o que é necessário para proteger quem não têm as capacidades linguísticas necessárias para compreender todas as instruções preventivas escritas e/ou orais?

Sim  Não

Fez o que é necessário para proteger as pessoas com deficiência mental ou física?

Sim  Não

Fez o que é necessário para proteger aqueles que trabalham sozinhos com produtos químicos ou substâncias perigosas?

Sim  Não

## Boas práticas para certas atividades e empresas

Aplica boas práticas de trabalho em cabeleireiros?

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho na galvanoplastia?

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho no trabalho de laboratório?

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho na soldadura e corte térmico?

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho na pintura por pulverização?

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho em espaços fechados?

Sim  Não

Aplica boas práticas de trabalho em atividades que impliquem o manuseamento de estume líquido?

Sim  Não

## Importação de produtos químicos

Recebeu as informações documentadas necessárias sobre os riscos e as precauções de segurança para os produtos químicos importados?

Sim  Não

## Mistura

Tomou as precauções de segurança necessárias para minimizar o risco relacionado com a mistura e armazenamento de produtos químicos que são utilizados na sua própria empresa?

Sim  Não

## Reembalagem e distribuição

Tomou as precauções de segurança necessárias para minimizar o risco relacionado com a reembalagem ou distribuição de produtos ou substâncias químicas (por exemplo, transferência de um produto químico líquido de recipientes maiores para recipientes mais pequenos)

Sim  Não

## Amianto

Verificou se está exposto a amianto em trabalhos de demolição e de renovação?

Sim  Não

Verificou se trabalha com a transformação e o tratamento de materiais que contenham amianto?

Sim  Não

Verificou se está a trabalhar com amianto na investigação, desenvolvimento ou análise?

Sim  Não

## Triagem de produtos químicos desnecessários

Já inventariou os produtos químicos que já não são utilizados ou já não são necessários?

Sim  Não

## Fichas de dados de segurança e informações sobre os riscos

Estão disponíveis fichas de dados de segurança e rotulos com um ou mais pictogramas de perigo (preto e branco num quadro vermelho) para todos os produtos químicos utilizados ou armazenados

Sim  Não

## Informações corretas na ficha de dados de segurança

Verificámos que as fichas de dados de segurança e a rotulagem das embalagens fornecem informações corretas

Sim  Não

## Sensibilização e conhecimentos

Todos os trabalhadores e outros elementos que estão em contacto com produtos químicos ou substâncias químicas receberam informações sobre os riscos e estão conscientes dos mesmos, e sabem como trabalhar em segurança e proteger-se?

Sim  Não

## Registo de produtos químicos

Dispõe de um registo (lista) dos produtos químicos e das substâncias químicas de fácil utilização para si?

Sim  Não

## Parte II: Práticas e rotinas

---

### Avaliação dos riscos — preencher

Efetuámos uma avaliação completa dos riscos nas atividades em que são utilizados produtos e substâncias químicas ou onde são geradas substâncias perigosas

Sim  Não

### Avaliação dos riscos — preencher

Efetuámos uma avaliação completa dos riscos nas atividades em que são utilizados produtos e substâncias químicas ou onde são geradas substâncias perigosas

Sim  Não

### Avaliação dos riscos — documento escrito

Obteve um registo escrito das avaliações de risco que deveriam/devem ser documentadas?

Sim  Não

### Qualidade da avaliação dos riscos

As suas avaliações de risco são adequadas?

Sim  Não

### Rotinas de aquisição

Controla agora se compra produtos químicos perigosos desnecessariamente?

Sim  Não

## Armazenamento

Segue as regras específicas das fichas de dados de segurança em matéria de armazenamento de produtos químicos?

Sim  Não

## Utilizações não identificadas

Verificou se utiliza produtos químicos apenas para as utilizações mencionadas nas fichas de dados de segurança?

Sim  Não

## Substituição

Verificou se pode substituir produtos ou processos químicos perigosos por outros menos perigosos?

Sim  Não

## Substituição bem sucedida

Verificou se o resultado de uma troca/substituição executada ou prevista de um produto ou processo químico foi bem-sucedido?

Sim  Não

## Emissões para o ar no local de trabalho

Tomou as medidas necessárias para reduzir as emissões de substâncias perigosas para o ar dos locais de trabalho?

Sim  Não

## Exposição em locais de trabalho próximos

Tomou medidas para reduzir a exposição a substâncias perigosas de colegas que trabalham por perto?

Sim    Não

## Equipamentos de proteção individual — Luvas

Verificou se utiliza o tipo adequado de luvas de proteção e se as utiliza de forma correta?

Sim    Não

## Parte III: Medidas de controlo para reduzir os riscos

### Equipamento de proteção individual — Proteção respiratória

Verificou se utiliza o tipo adequado de proteção respiratória e se o usa de forma correta?

Sim  Não

### Equipamento de proteção individual — Óculos de proteção e viseiras

Verificou se utiliza o tipo adequado de óculos de segurança e viseiras e se os usa de forma correta?

Sim  Não

### Rótulos disponíveis

Os sinais e a rotulagem podem ser necessários, por exemplo, nas condutas e nos contentores, bem como nos locais de trabalho em que se manipulam substâncias perigosas. Dispõe dos sinais de segurança e dos rótulos exigidos?

Sim  Não

### Lavagem de olhos de emergência

O acesso ao repuxo para lavagem de olhos de emergência e/ ou chuveiro de emergência é rápido e fácil?

Sim  Não

### Medida de segurança

Verificou se utiliza o repuxo para lavagem de olhos de emergência e/ou o chuveiro de emergência adequados e os usa de forma correta?

Sim  Não

## Relato sobre lesões e acidentes provocados por agentes químicos

Comunicou às autoridades os incidentes ou lesões provocadas por agentes químicos (bem como outras lesões profissionais)?

Sim  Não

## Acompanhamento de lesões e acidentes provocados por agentes químicos

Acompanhou estes acidentes e lesões e tomou precauções para evitar incidentes e lesões semelhantes?

Sim  Não