



**勞工事務局**  
**Direcção dos Serviços para os Assuntos Laborais**

**職業安全健康廳**

Departamento de Segurança e Saúde Ocupacional

Lista de controle das condições de Segurança e Saúde Ocupacional para Hotelaria e afins

<b>Local de Trabalho</b>		
1		Manter o local de trabalho sempre limpo.
2		Não obstruir as vias de circulação.
3		Desimpedir as saídas de emergência e escapatórias.
4		Arrumar materiais ordenadamente e não demasiado alto.
5		Não laborar ou ocupar com objectos a via pública.
6		Pintar as paredes em tons claros, com tinta lavável e anti-reflexo.
7		Revestir paredes com azulejos.
8		Instalar escoamento de água eficaz na cozinha.
9		Nas cozinhas o chão deve ser composto de material anti-derrapante.
10		Reparar os pavimentos.
11		Evitar a acumulação de água e gorduras.
12		Remover utensílios estragados imediatamente.
13		Deve utilizar recipientes com tampa e de fácil limpeza para armazenar lixo, restos de comida, vidros partidos.
14		Disponibilizar água potável.
15		Instalar caixa de 1ºs socorros, devidamente equipada.
16		Os nomes e contactos das pessoas responsáveis pela caixa de 1ºs socorros devem estar colocados na mesma, em Chinês e Português (ou romanizado). Os responsáveis devem inspeccionar regularmente a quantidade de materiais e o seu prazo de validade.
17		A Caixa de 1ºs socorros deve ser colocada em local visível e de fácil acesso.

<b>Riscos Eléctricos</b>		
18		Instalar/substituir a tomada/ficha na _____
19		Instalar tomadas estanques na _____
20		Não utilizar adaptadores estalados ou com sinais de sobreaquecimento.
21		Evitar sobrecarregar as tomadas.
22		Não usar ferramentas a 220V ou acima de 220V em locais molhados da cozinha.
23		Todas as máquinas eléctricas devem ter ligação à terra.
24		Manter quadros, ligações, tomadas, fichas e cabos eléctricos sempre limpos.
25		Instalar o contador eléctrico dentro de caixa metálica isolada e mantê-la limpa.
26		Outer cover of electric cases should be earthed and properly covered the bare area so as to prevent electrical hazard.
27		Instalar equipamentos tais como fusíveis e interruptores de corte e protecção automáticos.
28		Máquinas eléctricas, cabos, tomadas, fichas, interruptores que estejam em más condições ou avariados devem ser sinalizados e substituídos imediatamente.
29		Fazer manutenção regular da instalação eléctrica. Guardar os relatórios da inspecção.



**勞工事務局**  
**Direcção dos Serviços para os Assuntos Laborais**

**職業安全健康廳**

Departamento de Segurança e Saúde Ocupacional

Lista de controle das condições de Segurança e Saúde Ocupacional para Hotelaria e afins

<b>Protecção de máquinas</b>		
	30	Instalar protecção na máquina _____
	31	Colocar avisos explicando o uso do aparelho e a prevenção de acidentes em locais visíveis.
	32	Os aparelhos devem ser desligados das tomadas quando se proceder à sua limpeza ou manutenção.
	33	Os aparelhos eléctricos devem ser manuseados apenas por pessoas qualificadas para tal.
	34	Os aparelhos eléctricos devem ser regularmente inspeccionados e reparados. Guardar os relatórios da inspecção.

<b>Garrafas de gás</b>		
	35	Manter as garrafas dos gases fixas na vertical.
	36	Substituir cabos, mangueiras ou manómetros.
	37	As garrafas de gás devem ser identificadas através de rótulos ou cores apropriadas.
	38	O sistema de gás dos carrinhos utilizados para manter a comida quente ou para preparar pratos ligeiros deve estar adequadamente instalado.
	39	Todas as garrafas de gás devem ser inspeccionadas diariamente e o relatório guardado.

<b>Trabalho em altura</b>		
	40	Use plataformas adequadas para trabalho em altura.
	41	As escadas de mão devem ser usadas conforme o padrão de segurança.
	42	As plataformas de trabalho elevatórias devem ser usadas conforme o padrão de segurança.
	43	Utilizar cinto de segurança quando efectuar trabalho em altura.

<b>Prevenção Contra Incêndio</b>		
	44	Não colocar materiais inflamáveis, papeis e resíduos junto a fontes de calor ou fogos nus.
	45	Os manómetros e interruptores do sistema de fornecimento de combustível devem estar devidamente rotulados.
	46	Proceder à manutenção e reparação dos sistemas de prevenção e combate a incêndios por pessoal qualificado.
	47	Proceder à manutenção e inspecção regular dos fogões e respectivas condutas de gás. Guardar os relatórios.
	48	Disponibilizar extintores apropriados em quantidade suficiente.
	49	As portas corta-fogo e de emergência, bem com as vias de evacuação devem estar desimpedidas.
	50	As portas corta-fogo e de emergência devem estar fechadas mas não trancadas.



**勞工事務局**  
**Direcção dos Serviços para os Assuntos Laborais**

**職業安全健康廳**

Departamento de Segurança e Saúde Ocupacional

Lista de controle das condições de Segurança e Saúde Ocupacional para Hotelaria e afins

<b>Câmara Frigorífica</b>		
51	Instalar iluminação interior apropriada na câmara frigorífica.	
52	Instalar dispositivo para abertura pelo interior, alarme e inter-comunicador dentro da câmara frigorífica.	
53	Usar vestuário apropriado para baixas temperaturas dentro da câmara frigorífica quando efectuar trabalho prolongado.	
54	Manter o pavimento da câmara refrigeradora limpo e seco.	

<b>Elevadores para comida</b>		
55	Colocar avisos em locais visíveis sobre o uso correcto dos elevadores para comida.	
56	Colocar sinal sonoro em todos os níveis onde parem os elevadores para comida.	
57	Instalar sistema de protecção nos elevadores de comida de modo a que estes só se possam movimentar quando as portas estão fechadas.	
58	As portas dos elevadores de comida devem estar sempre fechadas, excepto quando existe necessidade de colocar ou retirar materiais.	
59	Deve ser feita inspecção e manutenção regular aos elevadores de comida. Guardar os relatórios.	

<b>Utilização de Utensílios Cortantes</b>		
60	As facas devem ser colocadas em porta facas quando não utilizadas.	
61	Os utensílios cortantes devem estar bem arrumados e a lâmina deve estar sempre bem protegida.	
62	As facas não devem ser lavadas junto com os pratos e outros equipamentos da cozinha.	
63	Os trabalhadores devem usar luvas anti-corte e avental.	
64	O corte dos alimentos deve ser efectuado em tábuas apropriadas, colocadas em superfície estável.	

<b>Objectos Quentes</b>		
65	Os recipientes para líquidos quentes não devem estar cheios e devem ser colocados em lugares apropriados e afastados de zonas de passagem.	
66	As pegas das panelas não devem estar junto ao lume ou viradas para o exterior dos fogões.	
67	Os cozinheiros devem utilizar roupa, avental, calçado e luvas apropriados.	
68	Os micro-ondas e os fornos devem ser inspeccionados diariamente.	

<b>Ventilação</b>		
69	Instalar sistema de ventilação por exaustão _____	
70	Instalar sistema de indução/exaustão _____	
71	Instalar sistema de extracção localizada _____	
72	Deve ter um boa ventilação nas cozinhas e locais quentes.	



**勞工事務局**  
**Direcção dos Serviços para os Assuntos Laborais**

**職業安全健康廳**

Departamento de Segurança e Saúde Ocupacional

Lista de controle das condições de Segurança e Saúde Ocupacional para Hotelaria e afins

73	Colocar sistema de exaustão localizada junto aos fogões e fornos a fim de facilitar a remoção de fontes de calor.
74	Colocar protecção nos aparelhos de ventilação.
75	Limpeza periódica do exaustor e condutas.

**Substâncias Químicas**

76	Deve ter compartimento próprio para substâncias químicas.
77	Tapar os recipientes que contêm substâncias químicas.
78	Colocar rótulos nos recipientes.
79	Deve manusear substâncias químicas em locais com boa ventilação.
80	Usar protecções individuais para manusear substâncias químicas.
81	Não armazenar produtos químicos junto a fogos nus ou locais altos.
82	Não comer, beber e fumar junto dos produtos químicos.

**Iluminação**

83	Melhorar a iluminação do local de trabalho com lâmpadas fluorescentes.
84	Melhorar a iluminação do local de trabalho aumentando o número de lâmpadas fluorescentes.
85	Substituir as lâmpadas fluorescentes fundidas.
86	Instalar armaduras estanques e anti-deflagrantes.
87	Manter as armaduras das lâmpadas limpas.

**Ruído**

88	As máquinas utilizadas dentro da cozinha não devem produzir muito ruído.
89	Separar por zonas os trabalhos e máquinas que produzem ruído.
90	Instalar silenciador no sistema de ventilação.

**Instalações Sanitárias**

91	Instalar ventilação na casa de banho
92	Instalar lavatório/sanita
93	Reparar lavatório/sanita
94	Não armazenar materiais na casa de banho
95	Manter a casa de banho limpa
96	Fornecer caixotes do lixo, toalhetes de papel ou secador de mãos

**Equipamento de Protecção Individual e Sinalização**

97	Fornecer e usar equipamento de protecção para os órgãos respiratórios
98	Fornecer e usar equipamento de protecção para a face
99	Fornecer e usar equipamento de protecção para os olhos
100	Fornecer e usar equipamento de protecção para os ouvidos



**勞工事務局**  
**Direcção dos Serviços para os Assuntos Laborais**

**職業安全健康廳**

Departamento de Segurança e Saúde Ocupacional

Lista de controle das condições de Segurança e Saúde Ocupacional para Hotelaria e afins

101	Fornecer e usar equipamento de protecção para as mãos
102	Fornecer e usar equipamento de protecção para os pés
103	Fornecer cintos de segurança
104	Afixar sinalização de segurança