

“Eram 20 horas e já estávamos bem bebidos. Transportava eu a ceia da cozinha para a casa do leme.

O mar estava agitado. A embarcação foi abalada violentamente da popa à proa por uma onda. Perdi a aderência à escada e fui projectado pela borda fora.

Ninguém me viu cair. Estava escuro. Quanto tempo levaria a tripulação a dar pela minha falta? Será que acabariam por me encontrar vivo?”

Teodoro, Caxinas Agosto de 2006



De acordo com dados da Organização Internacional do Trabalho (OIT) e da Organização Mundial de Saúde (OMS), **20 a 25 % dos acidentes de trabalho e 30% das mortes ligadas à actividade laboral, estão relacionados com o consumo de álcool.**

### Fontes:

- Organização Internacional do Trabalho (OIT)  
[www.ilo.org](http://www.ilo.org)
- Organização Mundial de Saúde (OMS)  
[www.who.int](http://www.who.int)
- Organização Marítima Internacional (OMI)  
[www.imo.org](http://www.imo.org)
- REFOPE (rede Europeia para a Formação Profissional e o Emprego no Sector da Pesca Marítima)  
[www.refope.org](http://www.refope.org)
- EUROPÊCHE (Associação das Organizações Nacionais de Empresas de Pesca na EU)  
[www.europeche.org](http://www.europeche.org)



### Legislação:

- Lei 102/2009 de 10 de Setembro
- Portaria 356/98, Regulamenta as prescrições mínimas de segurança no trabalho a bordo dos navios de pesca

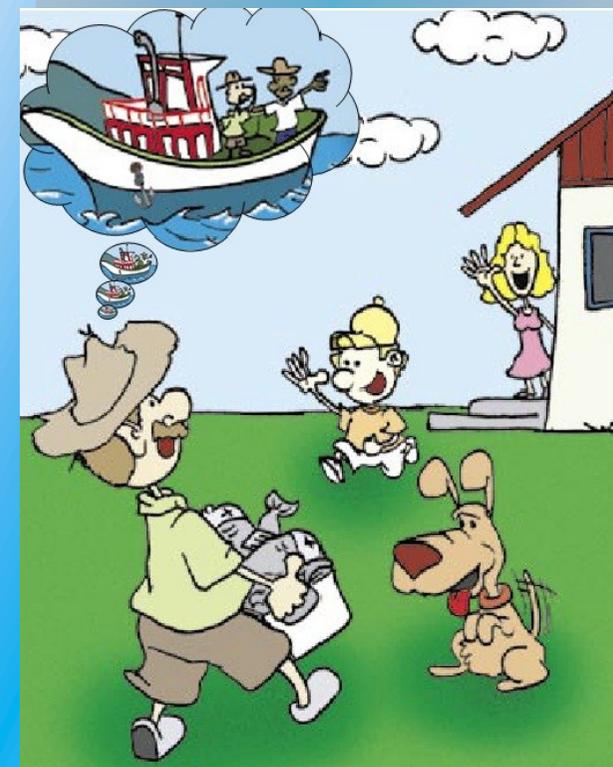
Estrela do Mar, S.A. Actividade Piscatória  
Caxinas, Vila do Conde



Manuela Sousa | Margarete Ferreira  
Rita Oliveira | Sónia Silva



Para um bom navegar  
O álcool deve evitar



## Os acidentes acontecem devido a ...

- \* Desrespeito das regras de limpeza e organização do posto de trabalho;
- \* Não cumprimento do regulamento sobre consumo de drogas;
- \* Consumo de álcool durante e antes do horário de trabalho;
- \* Não cumprimento dos horários estabelecidos para pausas;
- \* Não utilização dos EPC's e EPI's;
- \* Não aplicação dos conteúdos expostos em formação;
- \* Solidão;
- \* Monotonia;
- \* Saudade dos entes queridos.



## O consumo de álcool prejudica...

- \* A capacidade de tomar boas decisões;
- \* A coordenação pessoal;
- \* O autocontrolo e o discernimento;
- \* A concentração e a vigilância;
- \* A relação com os colegas.



## O que deve fazer:

- Não leve bebidas alcoólicas para a embarcação;
- Não beba álcool a bordo;
- Não beba demasiado, muito menos quando se aproximar a hora de trabalho;
- Não trabalhe com máquinas sob a influência de drogas ou de álcool.

