

BOAS PRÁTICAS

Nós trabalhamos no Salão de Beleza da **KidZania**.

Kai! Eu sou o Carlos.



Kai! O meu nome é Mia.



Ao trabalharmos no Salão de Beleza é necessário adotar **BOAS PRÁTICAS**, para evitar acidentes de trabalho e doenças profissionais.

Conhece alguma boa prática que devemos adotar no nosso dia-a-dia?



Pois bem! Nós vamos falar um pouco sobre elas!



A **ORGANIZAÇÃO** e **ARRUMAÇÃO** dos espaços de trabalho é importante, pois permite prevenir os **ACIDENTES**.

Se deixarmos objetos espalhados no pavimento ou cabos elétricos estendidos existe o risco de tropeçar.

Deve-se limpar de imediato água ou outro produto derramado, para evitar escorregar e cair.





Para diminuir os **Riscos Eléctricos**, sabe o que devemos fazer?

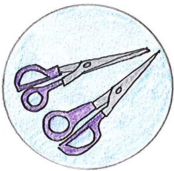
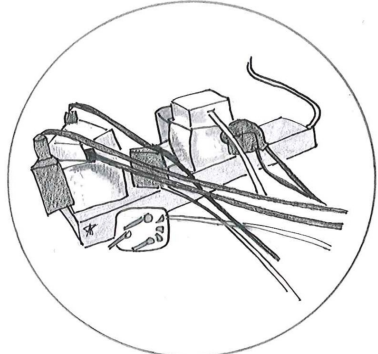
Realizar manutenções frequentes aos equipamentos eléctricos.

Contratar um electricista qualificado para reparar e assegurar a manutenção dos equipamentos eléctricos.



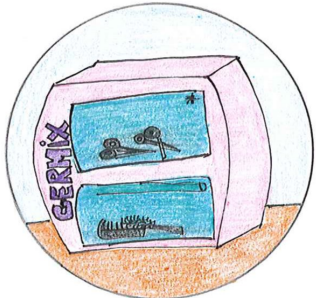
 Este sinal avisa que há o **PERIGO ELETROCUSSÃO**.

Não usar equipamentos eléctricos com defeito e evitar colocar muitas fichas nas tomadas eléctricas.

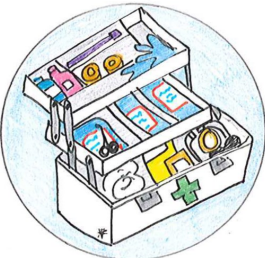


As tesouras são **instrumentos perigosos**, que podem provocar cortes aos trabalhadores e clientes. Um comportamento que devemos ter para evitar estes cortes? Talvez utilizar as tesouras com cuidado e guardá-las quando não estão a ser utilizadas.

Após o uso todos os instrumentos cortantes têm ser esterilizados.



A caixa de primeiros socorros, tem de ser colocada em local acessível e o conteúdo reposito, após cada utilização.



Ao lavar a cabeça, ao aplicar tinta ou cortar o cabelo, os trabalhadores devem usar luvas de proteção, para evitar dermatites.

Sabe o que são dermatites?

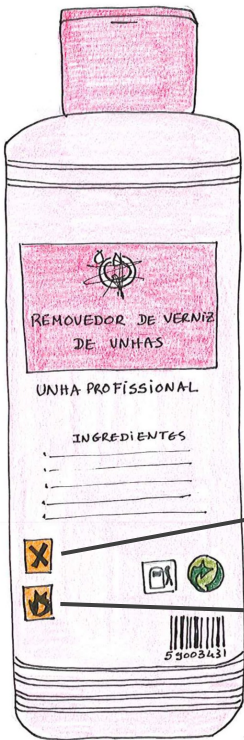


A dermatite é uma inflamação da pele que é acompanhada de bolhas, vermelhidão, inflamação, crostas, escamação e, frequentemente, comichão.



Num salão de beleza, existem vários produtos químicos. Estes podem provocar irritação das vias respiratórias, dos olhos ou mesmo provocar alergias e lesões na pele.

Para evitar irritações das vias respiratórias temos de arejar o salão.



Mas o mais importante é seguirmos os conselhos de segurança que se encontram no **rótulo** dos produtos.

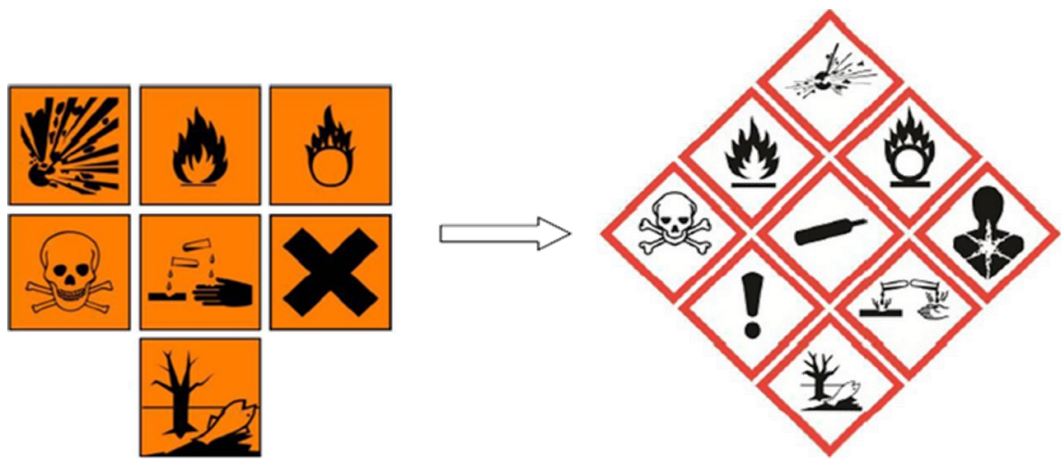
Repare no produto para limpeza das unhas. Sabe o que são estas imagens? São pictogramas que nos alertam para determinados perigos associados ao produto!



 **IRRITANTE PARA OS OLHOS**
 **INFLAMÁVEL**

Sabe que a rotulagem dos produtos está a ser alterada? Os símbolos antigos estão a ser alterados por novos pictogramas.

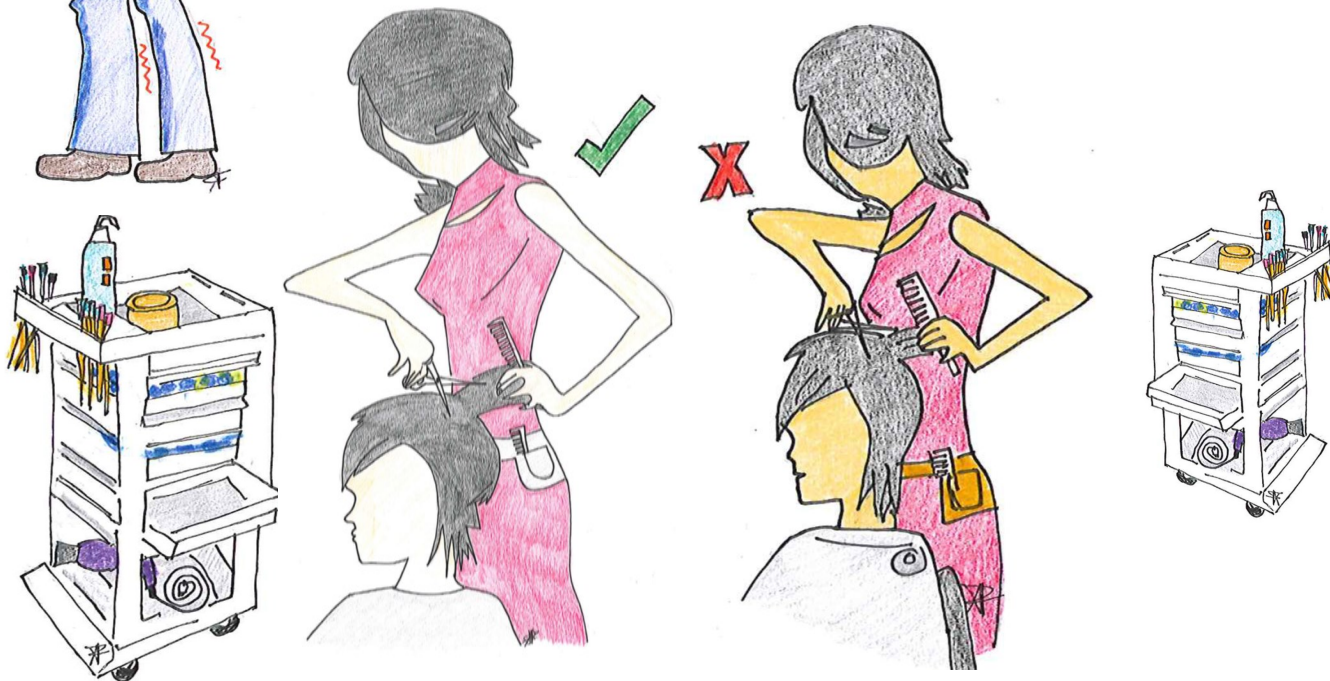
PRESTE ATENÇÃO AOS RÓTULOS DOS PRODUTOS! ASSIM CONSEGUE EVITAR OS PERIGOS.



Após um longo dia de trabalho, os trabalhadores podem sentir dores: nas costas, no pescoço, nos ombros, nos braços, nos punhos e nas mãos.



Para evitar lesões e dores musculares, os trabalhadores devem ajustar as cadeiras dos clientes, de forma a trabalharem sem realizar esforços com os braços e colocar os utensílios nos carros, de forma a evitar muitas deslocações.



PARA DIMINUIR AS DORES DEVEMOS REALIZAR EXERCÍCIOS DE RELAXAMENTO

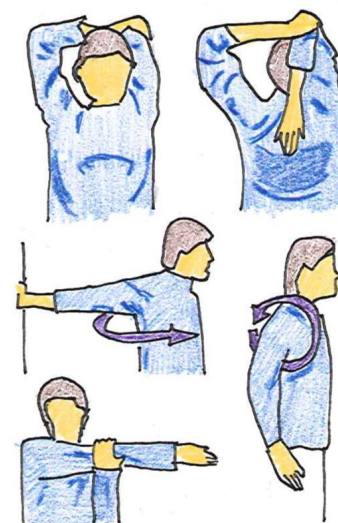
COLUNA CERVICAL



REGIÃO LOMBAR



OMBROS



PUNHOS

