CGTP
INTERSINDICAL NACIONAL

INFO SEGURANÇA

NÃO ARRISQUE!

SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

MARÇO . 2026

SÉRIE III

#.14

A SAÚDE NO TRABALHO: UM DIREITO FUNDAMENTAL

PESSOAS 2030

PORTUGAL 2030

Cofinanciado pela União Europeia

Os Fundos Europeus mais próximos de si.

A SAÚDE NO TRABALHO: UM DIREITO FUNDAMENTAL

A Saúde Ocupacional, vulgarmente conhecida como, medicina do trabalho protege a saúde antes, durante e após o trabalho: previne riscos, deteta precocemente doenças profissionais, adapta o posto às necessidades da pessoa e ajuda a reduzir acidentes, absentismo e reformas antecipadas.

A Segurança e Saúde no trabalho (SST) constituem um direito fundamental dos trabalhadores e um elemento essencial para garantir condições laborais dignas, seguras e compatíveis com a proteção da integridade física e mental.

Em Portugal, este direito encontra-se consagrado na Constituição da República Portuguesa, bem como em legislação laboral específica que regula a prevenção de riscos profissionais e a vigilância da saúde dos trabalhadores.

ENQUADRAMENTO LEGAL

A base reside na Constituição da República Portuguesa (CRP). O artigo 64.º estabelece o direito à proteção da saúde, enquanto o artigo 59.º garante explicitamente que todos os trabalhadores têm direito a exercer a sua atividade "em condições de higiene, segurança e saúde" e a receber assistência e reparação quando vítimas de acidente de trabalho ou doença profissional, regulado no DL n.º 503/99, de 20 de novembro e na Lei n.º 98/2009, de 4 de setembro.

O Regime Jurídico da Promoção da Segurança e Saúde no Trabalho (RJPSST), aprovado pela Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro (com alterações posteriores) operacionaliza o direito constitucional a trabalhar com segurança e saúde. Também define princípios, obrigações do empregador e do trabalhador, organização dos serviços de SST, participação e consulta e regras da vigilância da saúde.

Após os exames de saúde terá de haver a emissão da Ficha de Aptidão para o Trabalho (FAT) segundo Portaria n.º 71/2015, de 10 de março, com as respetivas conclusões.

A fiscalização do cumprimento destas normas compete à Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT), responsável por verificar o cumprimento da legislação laboral e aplicar sanções em caso de incumprimento, sendo também a representante oficial em Portugal da Agência Europeia para a Segurança e a Saúde no Trabalho (EU-OSHA).

Além deste enquadramento legal, Portugal também integra compromissos internacionais, nomeadamente no âmbito da Organização Internacional do Trabalho (OIT), que considera o direito a um ambiente de trabalho seguro e saudável como um princípio fundamental do trabalho.

Todo este enquadramento jurídico implica a obrigação do Estado e das entidades empregadoras a promover políticas e medidas que garantam ambientes de trabalho seguros e saudáveis.

CONSULTAS DE MEDICINA E ENFERMAGEM DO TRABALHO

A legislação portuguesa prevê a existência de profissionais especializados, designadamente: médico do trabalho, enfermeiro do trabalho e técnicos de segurança no trabalho. Idealmente trabalham em equipa, podendo, ainda, nos casos em que se se vai além dos mínimos legais e a saúde ocupacional é uma realidade, integrar profissionais como psicólogos, assistentes sociais, nutricionistas e outros, que analisam, avaliam e entram em ação com visitas aos locais de trabalho e com a implementação de projetos que visem a promoção de ambientes seguros e saudáveis.

A vigilância da saúde dos trabalhadores constitui um elemento essencial da política de prevenção. Esta é feita através de exames de admissão, periódicos e ocasionais. Conforme plasmado no Código do Trabalho o empregador não pode exigir testes ou exames para além do enquadrado na SST e o médico apenas coloca em ficha de aptidão "Apto", "Apto com restrições" ou "Inapto", preservando o sigilo (artigo 19.º).
Muitas vezes apelidadas como "perda de tempo", estas consultas, podem ser a maior defesa do trabalhador no que diz respeito à:

- deteção precoce de problemas de saúde relacionados ou não com o trabalho;
- avaliação dos riscos para a saúde associados ao trabalho;
- prevenção de doenças profissionais e identificação precoce de problemas como lesões musculo esqueléticas por esforços repetitivos, *burnout*;
- vigilância epidemiológica e promoção da saúde pública através da análise do ambiente de trabalho e dos trabalhadores para não "adoecer" a comunidade trabalhadora, notificação de doença de declaração obrigatória;
- aconselhamento sobre a saúde em geral, hábitos saudáveis, segurança e prevenção de riscos profissionais;
- adaptação do posto de trabalho às capacidades do trabalhador quando necessário.

DIREITOS DOS TRABALHADORES

- Trabalhar com segurança e saúde em todos os aspetos relacionados com a função que desempenha;
- Direito à adaptação do posto de trabalho;
- Ser informado e formado sobre riscos e medidas de prevenção;
- Vigilância da saúde sem custos para o trabalhador, durante o horário de trabalho considerado como tempo de trabalho efetivo e com confidencialidade clínica;
- Proteção de dados de saúde em que a empresa recebe apenas o resultado de aptidão, não o diagnóstico;
- Participação e consulta: direito de eleger Representantes dos Trabalhadores para a SST (RT-SST) e ser consultado sobre avaliação de riscos, medidas preventivas, formação, EPI, etc.;
- Reparação por acidente de trabalho e/ou doença profissional em matéria de saúde ocupacional.

DEVERES DAS ENTIDADES EMPREGADORAS

- Organizar serviços de SST garantindo prevenção de riscos e vigilância da saúde;
- Avaliar riscos (ergonómicos, físicos, químicos, biológicos, psicossociais), planear

e implementar medidas e formação adequadas;
- Assegurar consultas/exames: Admissão – antes do início da atividade (ou nos 15 dias seguintes, se a urgência o justificar); Periódico – regra geral de 2 em 2 anos (anual para ≥50 anos, trabalhadores noturnos e serviços específicos); Ocasional (após ausência >30 dias por doença e/ou acidente, mudança relevante no trabalho, a pedido do trabalhador ou do médico);
- Emitir a Ficha de Aptidão para o Trabalho e recomendações ao empregador em que a cópia é entregue ao trabalhador e recursos humanos;
- Consultar RT-SST pelo menos uma vez por ano sobre riscos, medidas, formação, EPI, organização dos serviços, e reunir mensalmente com o órgão de gestão quando existam RT-SST;
- Assegurar formação e informação em matéria de SST.

O PAPEL DOS SINDICATOS

A atividade sindical em SST é expressão do direito de participação dos trabalhadores, materializa direitos constitucionais e sociais, garantindo que o lucro não se sobreponha à vida e que os direitos consagrados na lei sejam efetivamente aplicados.
Entre as principais funções dos sindicatos neste domínio destacam-se:

- defesa dos direitos dos trabalhadores em matéria SST;
- negociação de cláusulas de SST em contratos coletivos;
- acompanhamento das condições de trabalho;
- formação e sensibilização dos trabalhadores;
- apoio na denúncia de situações de risco;
- promoção de eleições de RT SST;
- apoio de vítimas de acidente e/ou doença profissional na reparação;

Garantir consultas de medicina e enfermagem do trabalho (em empresas com mais de 250 trabalhadores, o médico deve ser coadjuvado por um enfermeiro) não é um favor – é direito constitucional e obrigação legal da entidade empregadora.

Organização sindical, representação ativa (RT SST) e conhecimento da lei são a melhor forma de garantir ambientes de trabalho seguros e saudáveis com menos acidentes, menos doenças e mais qualidade de vida.
Promover a saúde no trabalho é promover o direito a trabalhar com segurança, dignidade e qualidade de vida.

CGTP
INTERSINDICAL NACIONAL

SEGUE-NOS NO NOSSO SITIO E REDES SOCIAIS
WWW.CGTP.PT

NÃO ARRISQUE!

CAMPANHA
SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

CONTACTA O TEU DELEGADO SINDICAL OU REPRESENTANTE PARA A SST PARA CONHECERES OS TEUS DIREITOS

PROTEGE A TUA SEGURANÇA E SAÚDE – EXIGE TRABALHAR NUM AMBIENTE SEGURO E SAUDÁVEL.

SINDICALIZA-TE

PARA MAIS INFORMAÇÃO CONSULTA:
https://www.cgtp.pt/seguranca-e-saude

FICHA TÉCNICA

Título: *Info-Segurança – A Saúde no Trabalho: Um Direito Fundamental* | Série III, n.º 14, Março de 2026 **Coordenação geral:** Helena Martins | **Directora:** Helena Martins **Edição:** CGTP-IN – Departamento Segurança e Saúde no Local de Trabalho | **Redacção:** Sara Meira **Consultoria técnica:** Grupo de trabalho SST **Capa, *layout* e paginação:** Carlos Jorge **Publicação electrónica** – **ISSN: 1647-7731**
Contactos: © CGTP-IN | Rua Vitor Cordon, n.º 1, 2.º 1249-102 Lisboa Tel.: 213 236 500 cgtp@cgtp.pt www.cgtp.pt