

Qualidade do ambiente interior

19 NOV | 20 NOV. 2026

nas instalações do Instituto Ricardo Jorge, em Lisboa



Enquadramento

A qualidade do ambiente interior no local de trabalho é determinante para a saúde e bem estar dos trabalhadores, influenciando a produtividade e a segurança do indivíduo ou do grupo. A identificação dos parâmetros químicos, biológicos e físicos que caracterizam os espaços interiores e a aplicação de metodologias de avaliação adequadas são importantes na tomada de decisão sobre a qualidade e conforto do ambiente interior que daí advém. O curso é composto por dois **módulos independentes**, «**Qualidade do ar interior**» e «**Conforto térmico**»: no primeiro, os formandos irão adquirir e aprofundar conhecimentos sobre os agentes que afetam a qualidade do ar interior em edifícios não industriais, familiarizar-se com as metodologias de monitorização e desenvolver competências no domínio da avaliação da qualidade do ar interior; o segundo, visa proporcionar conhecimentos sobre o agente físico ambiente térmico na vertente de ambientes térmicos moderados (ISO 7730:2005); promover competências de análise de casos de conforto térmico em espaços interiores (local de trabalho ou lazer), de aplicação de metodologias de medição dos diferentes parâmetros, e de avaliação e interpretação de resultados.

Destinatários: técnicos das áreas de segurança e saúde no trabalho, técnicos de climatização e gestão de sistemas AVAC, engenheiros sanitaristas, técnicos de saúde ambiental e médicos de saúde ocupacional e de saúde pública.

Pré-inscrição

na Plataforma de e-Learning



13 de novembro

Inscrição: €250, se a inscrição for em 2 módulos, e €135 em apenas 1 módulo. O pagamento é efetuado por transferência bancária para o IBAN **PT50 0781 0112 00000004045 61** até ao dia **13 de novembro**.

O comprovativo deve ser enviado até à mesma data para o IN-SA forma +. As desistências são comunicadas ao IN-SA forma+ com uma antecedência mínima de 5 dias úteis em relação à data do início do evento. Ultrapassado o prazo não haverá lugar a devoluções.

Plataforma de e-Learning
<https://formamais-insa.min-saude.pt>

Programa

DIA 19. *Qualidade do Ar Interior.*

Formadora: Manuela Cano

09:00 | *Abertura do secretariado. Entrega de documentação.*

09:30 | Introdução ao tema da Qualidade do Ar Interior (QAI). Legislação aplicável na avaliação da qualidade do ar interior. Parâmetros químicos: contaminantes mais frequentes e seus efeitos na saúde humana, fontes de contaminação do ar.

11:15 | Parâmetros químicos: Métodos de colheita e análise.

13:00 | *almoço livre.*

14:00 | Parâmetros microbiológicos. Microrganismos mais comuns no ar interior e seus efeitos na saúde humana. Métodos de colheita e análise.

15:45 | Monitorização da QAI. Estratégias de monitorização da qualidade do ar e preparação de uma campanha de amostragem/medição.

16:15 | Avaliação da Qualidade do Ar Interior. Apresentação e discussão de casos práticos, análise e apreciação crítica dos resultados. Possíveis mecanismos de controlo das fontes de emissão. Discussão e debate.

17:30 | *Encerramento.*

DIA 20. *Conforto Térmico*

Formadora: Ana Filipa Pires

09:30 | Ambiente térmico e ação sobre o corpo humano. Tipos de ambiente térmico e características genéricas. Importância do ambiente térmico na exposição profissional. Efeitos para a saúde da exposição ao frio e ao calor. Mecanismos de regulação térmica. Balanço térmico: grandezas envolvidas na troca de calor, regulação e equilíbrio térmico. Parâmetros envolvidos numa avaliação do ambiente térmico: grandezas físicas e parâmetros pessoais.

11:15 | Ambiente Térmico moderado – Conforto térmico. Caracterização de situações de conforto térmico. Normas aplicáveis na avaliação: princípios, índices de conforto PPD e PMV, índices de desconforto localizado, classes de ambiente térmico. Monitorização ambiental e planeamento de uma campanha de medição: grandezas a medir, características do equipamento de medição, condicionantes.

13:00 | *almoço livre.*

14:00 | Avaliação de Conforto térmico. Caso prático: utilização de equipamento de medição e realização de medições em sala. Compilação e análise dos resultados.

15:45 | Avaliação de Conforto térmico. Apreciação dos resultados com a utilização das orientações normativas. Classificação do ambiente térmico. Medidas corretivas. Discussão e debate.

17:30 | *Encerramento.*