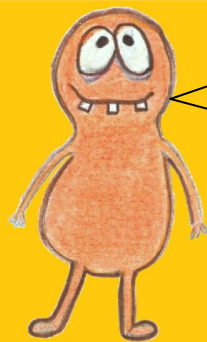


Implicações para a sua Saúde quando ocorre SATURAÇÃO do Ar Interior?

Poluente	Fonte	Sintomas
Ozono	Impressoras a laser Fotocopiadoras	Irritação dos olhos Secura da boca e da garganta
Bactérias e Fungos	Sobrelotação Ar Condicionado Desumidificador	Febres Dores musculares
Dióxido de Carbono	Sobrelotação de espaços	Fadiga Irritação das mucosas
Monóxido de Carbono	Fumo de tabaco	Náuseas Vertigens
Partículas PM ₁₀ em suspensão no ar	Sobrelotação Acumulação papel Ar Condicionado	Tosse Espirros Olhos secos
Compostos Orgânicos Voláteis	Produtos de Limpeza Perfumes Materiais de revestimento	Irritação nas mucosas Dores de cabeça
Formaldeído	Ambientadores Perfumes Desodorizantes	Enjoos Irritação das vias respiratórias



Sabia que....

As ventoinhas, termoventiladores e climatizadores dispersam os poluentes pelo ar?

Não contribua para a poluição do ar no seu local de trabalho.

Proceda à abertura das janelas durante pelo menos 15 minutos em cada período de trabalho.



Qualidade do Ar Interior

Pela sua saúde proceda à
RENOVAÇÃO do AR!

Gabinete de Avaliação de Risco—Higiene no Trabalho

Como obter a **RENOVAÇÃO** do AR?

Através de...

VENTILAÇÃO

CLIMATIZAÇÃO
(Ar Condicionado)

SIM

NÃO

E porquê?

Substitui o ar no edifício por ar novo,
RENOVA O AR!

O ar condicionado apenas aquece ou arrefece o ar nos edifícios,
NÃO RENOVA O AR!

Meios de ventilação mais frequentes



E de Climatização



Caso não haja renovação do ar, quais os poluentes que podem acumular-se no Ar Interior?

