



CURRICULUM VITÆ

IDENTIFICAÇÃO PESSOAL

NOME: Liliana Sofia Braz Coutinho

DATA DE NASCIMENTO: 28 de maio de 1988

NACIONALIDADE: Portuguesa

FORMAÇÃO ACADÉMICA

- Curso de **Pós-graduação** de "Sistemas integrados de Qualidade, Ambiente, Segurança e Responsabilidade Social" na SGS (2017).
- **Licenciatura em Radioterapia** na Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, do Instituto Politécnico de Lisboa (2014).
- **Licenciatura em Ergonomia** na Faculdade de Motricidade Humana, da Universidade de Lisboa, (2009).

FORMAÇÃO PROFISSIONAL

- Oito horas: **Avaliação de Riscos de Incêndio**. APSEI. 2018.
- Trinta horas: **Avaliação de Riscos Psicossociais**. Forseguro. 2018.
- Oito horas: **Gestão da Emergência – Do Planeamento à Avaliação de Exercícios** (Nível Avançado). APSEI. 2018.
- Oito horas: **Gestão da Emergência – Do Planeamento à Avaliação de Exercícios** (Nível Inicial). APSEI. 2018.
- Dezasseis horas: **Regulamentos REACH e CLP**. SGS Portugal (2018).
- Sessenta horas: **E-Tutor – Especialização Pedagógica**. B-Training Consulting (2018).
- Quatro horas: **Avaliação dos Riscos Químicos: Legislação de SST, Regulamento REACH e CLP**, Associação do Comércio, Indústria, Serviços e Turismo do Distrito de Setúbal, 2018 (ACT)
- **Técnica Superior de Segurança e Higiene do Trabalho** - Certificação de Aptidão Profissional emitido a 23 de dezembro de 2015 com o n.º 11901512ET6.
- **Certificação de Competências Pedagógicas**, emitida 09 de novembro de 2015, com o n.º F636663/2015.

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

- **Abril 2018:** Consultora na área de Segurança no Trabalho, EnviEstudos, S.A.

Funções:

- Prestação de serviços externos de segurança no trabalho;



- Identificação de perigos e avaliação de riscos;
 - Elaboração de relatórios anuais da atividade dos serviços de SST;
 - Realização de simulacros de situações de emergência;
 - Realização de auditorias de segurança a estabelecimentos comerciais e industriais e elaboração dos respetivos relatórios;
 - Investigação de acidentes de trabalho;
 - Projetos de análise ergonómica do trabalho;
 - Ações de formação e sensibilização na área da ST e Ergonomia;
 - Medidas de Autoproteção;
 - Avaliação de riscos psicossociais;
 - Avaliação de riscos químicos.
- **Julho 2017 a Abril 2018:** Estágio Profissional em Segurança e Saúde do Trabalho, EnviEstudos, S.A.
Funções:
- Prestação de serviços externos de segurança no trabalho;
 - Identificação de perigos e avaliação de riscos;
 - Elaboração de relatórios anuais da atividade dos serviços de SST;
 - Realização de simulacros de situações de emergência;
 - Realização de auditorias de segurança a estabelecimentos comerciais e industriais e elaboração dos respetivos relatórios;
 - Investigação de acidentes de trabalho;
 - Participação em projetos de análise ergonómica do trabalho;
 - Desenvolvimento de ações de formação e sensibilização na área da ST e Ergonomia;
 - Medidas de Autoproteção (Planos de Prevenção/Planos de Emergência Internos).
- **Novembro 2016 a fevereiro 2017:** Técnica Superior de Segurança e Saúde do Trabalho, na empresa Brito & McDonald, Lda.
Funções: Prestação de serviços externos de segurança no trabalho, em empresas dos setores industrial e serviços. Identificação de perigos e avaliação de riscos.
- **Setembro de 2016 a novembro de 2016:** Técnica Superior de Segurança e Saúde do Trabalho, na empresa Centralmed, Lda.
Funções: Prestação de serviços externos de segurança no trabalho, em empresas dos setores industrial e serviços. Identificação de perigos e avaliação de riscos.
- **Abril de 2016 a agosto de 2016:** Técnica Superior de Segurança e Saúde do Trabalho, na empresa Etnimanual – Unipessoal, Lda.
Funções: Prestação de serviços externos de segurança no trabalho, em empresas dos setores industrial e serviços. Identificação de perigos e avaliação de riscos.



TRABALHOS DE SEGURANÇA / FORMAÇÃO / CONSULTORIA / AUDITORIAS REALIZADOS OU EM CURSO:

Empresa	Sector de Atividade	Âmbito do Trabalho	Data
Indorama Ventures Portugal Utility, Unipessoal, LDA Indorama Ventures Portugal PTA, Unipessoal, LDA	Produção de eletricidade de origem térmica Fabricação de outros produtos químicos orgânicos de base	Elaboração de Medidas de Autoproteção	Agosto de 2018
Águas Públicas do Alentejo, S.A.	Distribuição de água	Elaboração de Medidas de Autoproteção	Julho de 2018
Autoneum Portugal, S.A.	Fabricação de Componentes e Acessórios para Veículos Automóveis	Avaliação de Riscos Psicossociais	Julho de 2018
ETSA Investimentos, SGPS, S.A.	Indústria de Transformação de Sub-Produtos Animais	Prestação de Serviços Externos de Segurança	Desde Julho de 2018
Secil	Companhia Geral de Cal e Cimentos	Verificação dos dados reportados no âmbito da Iniciativa para a Sustentabilidade do Cimento (CSI)	Junho de 2018
Sugapack-empacotamento De Açúcares Lda	Outras atividades de embalagem	Prestação de Serviços Externos de Segurança	Desde Abril 2018
FAPAJAL, S.A.	Indústria de Papel	Desenvolvimento das Medidas de Autoproteção	Março de 2018
Carl Zeiss Vision Portugal, S.A.	Fabricação de Lentes Óticas	Identificação de Perigos e Avaliação de Riscos	Março de 2018
Águas Públicas do Alentejo, S.A.	Distribuição de água	Prestação de Serviços Externos de Segurança	Desde Fevereiro de 2018
Tersado – Terminais Portuários do Sado, S.A.	Atividades Auxiliares dos Transportes por Água	Acompanhamento de Avaliação de Conformidade Legal - Segurança	Fevereiro de 2018
Museu das Crianças – Associação Acordar a História Adormecida	Atividades de Apoio às Artes do Espetáculo	Desenvolvimento das Medidas de Autoproteção	Janeiro de 2018
Paper Prime, S.A.	Indústria de Papel	Desenvolvimento das Medidas de Autoproteção	Janeiro de 2018
SLEM – Sociedade Luso-Espanhola de Metais	Metalúrgica	Avaliação de Riscos Químicos	Outubro de 2017
MAN Diesel & Turbo Portugal, Unipessoal, Lda.	Reparação e manutenção de máquinas e equipamentos	Prestação de Serviços externos de Segurança no Trabalho	Desde Outubro de 2017
MAN Diesel & Turbo Portugal, Unipessoal, Lda.	Reparação e manutenção de máquinas e equipamentos	Avaliação de Riscos Psicossociais	Outubro de 2017
RARI – Construções Metálicas, Engenharia, Projectos e Soluções Industriais, SA.	Fabricação de estruturas de construções metálicas	Desenvolvimento das Medidas de Autoproteção	Setembro de 2017
Autoneum Portugal, S.A.	Fabricação de Componentes e Acessórios para Veículos Automóveis	Simulacro de Emergência	Setembro de 2017
Somincor – Sociedade Mineira de Neves Corvo, SA	Indústria Mineira	Avaliação de conformidade REACH e CLP	Agosto de 2017
Gum Chemical Solutions	Produção de Resinas	Participação no desenvolvimento das Medidas de Autoproteção	Agosto de 2017
Copidata, SA	Indústria Gráfica	Participação no desenvolvimento das Medidas de Autoproteção	Agosto de 2017
Carmona - Sociedade de Limpeza e Tratamento de Combustíveis, S.A.	Operador Resíduos	Avaliação de Riscos Psicossociais	Julho de 2017
Saica Pack Lisboa	Produção de Embalagens	Revisão de FDS	Julho de 2017
Manuel Barbosa e Filhos, Lda.	Indústria Gráfica	Prestação de Serviços externos de Segurança no Trabalho	Desde Julho de 2017
Jardim Zoológico e de Aclimação em Portugal, SA	Jardim Zoológico	Prestação de Serviços externos de Segurança no Trabalho	Junho de 2017
Saica Pack Lisboa	Produção de Embalagens	Simulacro de Emergência	Junho de 2017
Almina – Minas do Alentejo	Mineira	Participação no desenvolvimento das Medidas de Autoproteção	Mai de 2017



Empresa	Sector de Atividade	Âmbito do Trabalho	Data
Mecânica Piedense, Lda.	Indústria no setor de carpintaria	Prestação de Serviços externos de Segurança no Trabalho	Desde Abril de 2017
EMBA – Comércio e Indústria de Embalagem, SA	Indústria Gráfica	Simulacro de Emergência	Abril de 2017
EMBA – Comércio e Indústria de Embalagem, SA	Indústria Gráfica	Prestação de Serviços externos de Segurança no Trabalho	Abril de 2017
MAN Diesel & Turbo Portugal, Unipessoal, Lda.	Reparação e manutenção de máquinas e equipamentos	Prestação de Serviços externos de Segurança no Trabalho	Desde Abril de 2017
Multitipo – Artes Gráficas, Lda.	Atividades de preparação da impressão e de produtos media	Prestação de Serviços externos de Segurança no Trabalho	Desde Março 2017
SGL – Corporate Facility Services, S.A.	Limpeza	Prestação de Serviços externos de Segurança no Trabalho	Março 2017
SLEM – Sociedade Luso-Espanhola de Metais	Metalúrgica	Avaliação de Riscos Psicossociais	Março 2017
Imprensa Nacional Casa da Moeda, S.A.	-	Estudo Ergonómico	Março de 2017