

**MUNICÍPIO DE VIANA DO CASTELO****Regulamento n.º 588/2021**

*Sumário:* Regulamento de ingresso na carreira de bombeiro sapador da Companhia de Bombeiros Sapadores de Viana do Castelo.

**Regulamento de Ingresso na Carreira de Bombeiro Sapador da Companhia de Bombeiros Sapadores de Viana do Castelo**

José Maria Cunha Costa, Presidente da Câmara Municipal de Viana do Castelo, torna público que, por deliberação da Assembleia Municipal, realizada a 26 de fevereiro de 2021, sob proposta aprovada pela Câmara Municipal a 18 de fevereiro de 2021 e, no uso da competência que lhe é conferida pela alínea g), do n.º 1 do artigo 25.º, da Lei n.º 75/2013, de 13 de setembro, aprovou, após período de consulta pública, o Regulamento de Ingresso na Carreira de Bombeiro Sapador da Companhia de Bombeiros Sapadores de Viana do Castelo. Nestes termos, para efeitos do disposto no artigo 56.º, da mesma Lei, e do artigo 139.º do Código do Procedimento Administrativo, procede-se à sua publicação.

O Regulamento entra em vigor no primeiro dia útil após a data de publicação e encontra-se disponível para consulta ao público nos locais de estilo e na página da Câmara Municipal de Viana do Castelo na internet em: [www.cm-viana-castelo.pt](http://www.cm-viana-castelo.pt).

4 de dezembro de 2020. — Presidente da Câmara Municipal de Viana do Castelo, *José Maria Cunha Costa*.

**Artigo 1.º****Regime**

O recrutamento e seleção dos candidatos ao estágio para ingresso na carreira de Bombeiro Sapador da Companhia de Bombeiros Sapadores de Viana do Castelo, rege-se pelo disposto no Decreto-Lei n.º 106/2002, de 13 de abril, na redação dada pelo Decreto-Lei n.º 86/2019, de 2 de julho e pela legislação geral em vigor para o recrutamento e seleção de pessoal para as carreiras da administração local em tudo o que se não encontre especialmente previsto no presente Regulamento.

**Artigo 2.º****Requisitos especiais de admissão a concurso**

São requisitos especiais de admissão:

a) Ter 18 anos completos e com idade inferior a 25 anos, completados no ano da abertura do concurso (artigo 18.º n.º 2 DL 106/2002)

b) Ter como habilitações literárias mínimas o 12.º ano de escolaridade ou equivalente para a admissão a concurso para Bombeiro Sapador;

c) Ter altura igual ou superior a 1,60 m e ter uma relação peso/altura compreendida entre os seguintes valores:

a. Candidatos do sexo masculino:

Peso (kg): Altura (dm) >3.6 e <4.7;

b. Candidatos do sexo feminino:

Peso (kg): Altura (dm) >3.1 e <3.9.



Artigo 3.º

**Comprovação de requisitos**

A titularidade dos requisitos especiais constantes no artigo anterior é comprovada:

1 — As constantes das alíneas a), b) e c) do artigo anterior, através da apresentação do cartão de cidadão/bilhete de identidade, e do certificado de habilitações ou de outro documento que legalmente o substitua.

2 — A relação peso/altura referida na alínea c) do artigo anterior, é comprovada no exame médico de seleção previsto no artigo 7.º

Artigo 4.º

**Métodos de seleção**

1 — Os candidatos admitidos a concurso são submetidos aos seguintes métodos de seleção:

- a) Provas Práticas de Seleção (PPS);
- b) Exame Psicológico de Seleção (EPS);
- c) Exame Médico de Seleção (EMS);
- d) Prova de Conhecimentos Gerais (PCG)

Artigo 5.º

**Provas Práticas de Seleção — PPS**

1 — As provas práticas de seleção, destinam-se a avaliar através da execução de exercícios, se os candidatos possuem as capacidades motoras indispensáveis para o ulterior desempenho da profissão de Bombeiro Sapador.

2 — Para a realização das provas práticas os candidatos apresentarão, até ao início das mesmas, atestado médico, que comprove possuir a robustez física e o perfil psíquico indispensáveis à prestação das provas práticas de seleção definidas no número seguinte.

3 — As provas a efetuar são as seguintes, sendo o programa das provas práticas constituído por duas fases:

3.1 — A primeira fase tem como objetivo avaliar as capacidades dos candidatos para o exercício de atividades em altura e consta de um exercício com carácter eliminatório.

3.1.1 — Subir ao 4.º andar de um edifício (21 metros) através de escada exterior seguido de descida também por escada exterior com um tempo limite de 3 minutos.

3.1.2 — Classificação:

Apto — Efetuar a prova dentro do tempo limite.

Não apto — Não efetuar a prova dentro do tempo limite.

3.2 — A segunda é constituída pelas provas constantes do Anexo 1. O exercício de equilíbrio na trave, é de carácter eliminatório.

3.2.1 — Exercício de Equilíbrio na Trave;

3.2.2 — Impulsão Horizontal (IH);

3.2.3 — Testes T — Agilidade (TT);

3.2.4 — Flexões de Braços na Trave (FBT);

3.2.5 — Abdominais em 2 minutos (Abd);

3.2.6 — Vaivém (VV);

3.2.7 — Natação (NAT).

4 — As provas práticas são classificadas numa escala de 0 a 20 valores, sendo excluídos os candidatos que obtenham menos de 8 valores em qualquer uma das provas, ou menos de 9,5 valores na média de todas elas.



5 — As candidatas são beneficiadas pela atribuição de mais um valor relativamente a cada uma dessas provas, à exceção da nataçãõ que possui tabelas independentes.

6 — As provas práticas a realizar constam do Anexo I ao presente Regulamento, que contém a respetiva fórmula classificativa e metodologia de prestação, bem como um apêndice com as tabelas n.ºs 1, 2 e 3 de classificação de cada uma das provas.

7 — Todos os candidatos são obrigatoriamente abrangidos por apólice de seguros de acidentes pessoais, durante o período de realização das provas práticas.

#### Artigo 6.º

##### Exame Psicológico de Seleção — EPS

1 — O Exame Psicológico, visa avaliar, através de técnicas de natureza psicológica, aptidões, características de personalidade e competências comportamentais dos candidatos e estabelecer um prognóstico de adaptação às exigências do posto de trabalho a ocupar, tendo como referência o perfil de competências previamente definido.

2 — O resultado da avaliação psicológica é confidencial, e será valorado em cada fase intermédia através das menções classificativas de apto e não apto; na última fase do método, para os candidatos que o tenham completado, através dos níveis classificativos de Elevado, Bom, Suficiente, Reduzido e Insuficiente, aos quais correspondem respetivamente, as classificações de 20, 16, 12, 8 e 4.

3 — O exame psicológico de seleção tem caráter eliminatório, sendo eliminados os candidatos que obtenham menção de “Reduzido” ou “Insuficiente” na classificação final.

#### Artigo 7.º

##### Exame Médico de Seleção — EMS

1 — O exame médico de seleção destina-se a avaliar as condições físicas e psíquicas dos candidatos, tendo em vista determinar a sua aptidão para o exercício das funções de Bombeiro Sapador.

2 — Não excluindo outras doenças ou requisitos considerados necessários à determinação das condições clínicas para o exercício da função e para além dos exames que o médico examinador entenda ser conveniente realizar, será obrigatoriamente respeitada a orientação da “Inspeção Médica e Tabela de Inaptidões” constante no Anexo II presente regulamento.

3 — O exame médico de seleção é realizado numa única fase, devendo no final elaborar-se a respetiva ficha conclusiva, sendo o resultado expresso pela menção “Apto”, ou “Não Apto”.

4 — O exame médico de seleção tem caráter eliminatório.

5 — Apenas serão submetidos a exame médico de seleção os candidatos melhor classificados nas provas práticas, em número superior em 25 % ao número de lugares a concurso, podendo tal percentagem ser excedida por decisão do júri.

6 — A recusa do candidato em submeter-se a qualquer um dos exames médicos, constituirá na exclusão do mesmo no procedimento concursal.

#### Artigo 8.º

##### Prova de Conhecimentos Gerais — PCG

1 — Cotada numa escala de 0 a 20 valores, considerando-se não aprovados os candidatos que obtenham classificação inferior a 9,50 valores.

2 — A Prova de conhecimentos visa avaliar o nível de conhecimentos académicos e profissionais dos candidatos e incidirá sobre os seguintes temas:

a) Conhecimentos ao nível das habilitações exigidas para o ingresso na carreira, fazendo apelo dos conhecimentos adquiridos no âmbito escolar (12.º ano);

b) Legislação necessária à sua realização:



- i) Decreto-Lei n.º 4/2015, de 7 de janeiro — Código do Procedimento Administrativo;
- ii) Lei n.º 35/2014, de 20 de junho — Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas;
- iii) Decreto-Lei n.º 106/2002, de 13 de abril — Estatuto de pessoal dos bombeiros profissionais da administração local, na redação dada pelo Decreto-Lei n.º 86/2019.
- iv) Lei n.º 7/2009, de 12 de fevereiro — Código do trabalho;

3 — A prova de conhecimentos gerais tem carácter eliminatório, reveste a forma escrita e tem a duração de sessenta minutos, sendo possível a consulta da legislação.

#### Artigo 9.º

##### Classificação final

1 — Na classificação final é adotada a escala de 0 a 20 valores considerando-se não aprovados os candidatos que obtenham classificação inferior a 9,5 valores.

2 — A classificação final resulta da média aritmética dos resultados obtidos nos métodos de seleção.

3 — Subsistindo o empate em caso de igualdade de valoração na ordenação final, após a aplicação dos critérios legais, aplicar-se-ão os seguintes critérios de preferência na ordenação:

- a) 1.º Candidato (a) titular de carta de condução de veículos da categoria C;
- b) 2.º Candidato (a) com classificação mais elevada nas PPS;
- c) 3.º Candidato (a) com classificação mais elevada na PCG.

## ANEXO I

**Provas Práticas de Seleção (PPS)**

1 — As provas a efetuar são as seguintes:

- a) Exercício de Equilíbrio na Trave;
- b) Força dos membros inferiores — Impulsão Horizontal (IH);
- c) Agilidade — Teste T (TT);
- d) Flexões de Braços na Trave (FBT);
- e) Força Média — Abdominais em 2 minutos (ABD);
- f) Vaivém (VV);
- g) Natação (NAT).

2 — As provas realizam-se num único dia, ou vários dias, dependendo do número de candidatos.

3 — A prova enunciada em 1.a) é eliminatória e não conta para a classificação.

4 — A classificação final das provas é obtida através da fórmula a seguir mencionada, em que a prova resistência (Teste de Vaivém), dada a importância desta qualidade física, é valorizada com o coeficiente três:

$$CF = \frac{(3 \times \text{Vaivém}) + \text{class. IH.} + \text{class. TT} + \text{class. FBT} + \text{class. Abd} + \text{class. Nat}}{8}$$

em que:

- CF = Classificação final das PPS;
- IH = Teste Impulsão Horizontal (IH);
- TT = Testes T — Agilidade (TT);
- FBT = Flexões de Braços na Trave (FBT);
- ABD = Abdominais em 2 minutos (ABD);
- VAIVÉM = Teste de Beeps;
- NAT = Natação (NAT)

4.1 — Em cada prova, as classificações são obtidas através da Tabela n.º 1 em apêndice, sendo as concorrentes beneficiadas pela atribuição de mais um valor relativamente a cada uma dessas provas, à exceção da natação, que possui as tabelas n.ºs 2 e 3 independentes.

4.2 — Todas as provas:

4.2.1 — São realizadas com os concorrentes com equipamento de ginástica e natação: camisola, calções, meias, sapatos de ginástica, calções, óculos, touca;

4.2.2 — Todas as provas devem ser precedidas de aquecimento.

5 — Execução das Provas

5.1 — Exercício de equilíbrio na trave

5.1.1 — Finalidade

Verificar a confiança e a capacidade de decisão, equilíbrio, agilidade e despistar eventuais tendências de vertigens em altura, em superfícies instáveis e de espaço reduzido.

5.1.2 — Execução

Consiste em percorrer até ao extremo uma trave colocada a 2 m do solo, com comprimento de 4 m e a largura de 7 cm, regressando ao ponto de início.

5.1.3 — Regras

- a) Manter sempre de tronco erguido e sem apoio de braços e mãos;
- b) São permitidas três tentativas.

## 5.2 — Força dos membros inferiores — impulsão horizontal

### 5.2.1 — Finalidade

Atingir a máxima distância num salto em comprimento a pés juntos. Este teste tem como objetivo avaliar a força explosiva dos membros inferiores.

### 5.2.2 — Execução

O participante deve posicionar-se de pé atrás da linha que assinala o ponto de partida com os pés à largura dos ombros.

Deve fletir os joelhos, puxar os braços atrás e saltar em comprimento o mais longe possível.

### 5.2.3 — Regras:

- As distâncias são medidas desde o ponto de partida até ao calcanhar;
- Devem ser efetuados 2 saltos;
- O valor registado é o melhor resultado das duas avaliações;
- O avaliador deve estar colocado de transversalmente à zona de salto para que consiga ver o resultado e a execução do movimento.

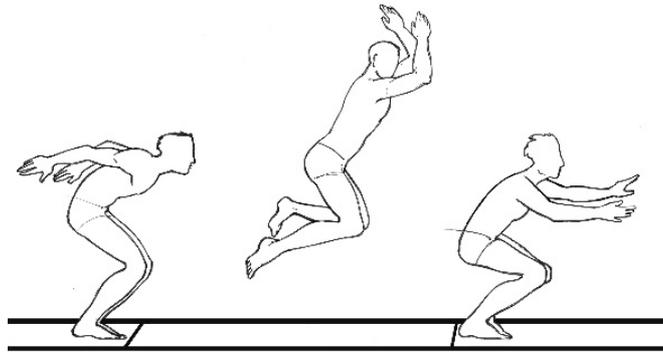


Figura 1

Execução correta do teste de impulsão horizontal

## 5.3 — Agilidade — Teste T

### 5.3.1 — Finalidade

Realizar uma tarefa o mais rápido possível.

### 5.3.2 — Execução

No chão serão colocados 4 cones como é possível verificar na figura 2 onde as distâncias são de 10 metros do ponto de partida ao primeiro cone e 5 metros do cone central aos cones quer da direita quer da esquerda. A partida será feita com a voz de comando: “Atenção! Já!” o cronómetro é iniciado e o participante terá que executar a prova o mais rápido possível. O ponto de partida e de chegada é o mesmo. Após o sinal de partida, o participante deve iniciar a corrida deslocando-se até ao meio do “T” onde tem que tocar com a mão no cone, deslocar-se lateralmente para o cone da direita, posteriormente para o cone da esquerda, voltar ao cone do meio e, por fim, voltar ao ponto de partida onde termina a contagem do tempo.

### 5.3.3 — Regras

- O participante tem duas tentativas de execução com um intervalo de repouso de dois minutos entre tentativas. Será contabilizado o melhor tempo das duas tentativas;
- Do cone 1 ao 2, e do cone 2 ao 3 os deslocamentos são laterais e do cone 1 à meta o participante desloca-se de costas para esta;
- O participante tem que tocar nos cones 1, 2 e 3 ao aproximar-se destes;
- O cronómetro é parado quando ultrapassado a linha da meta;
- O avaliador deve estar colocado no sítio da partida transversalmente ao percurso para que possa sempre ver a transposição da linha e o toque em cada um dos cones;
- Registar o valor atingido pelo participante na folha de registo.

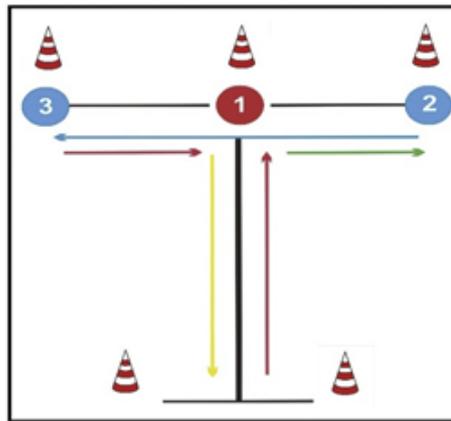


Figura 2  
Teste T (Agilidade)

#### 5.4 — Flexões de braços na trave (barra)

##### 5.4.1 — Finalidade

Avaliar a força de resistência do trem superior, em especial dos músculos flexores e das ações de puxar.

##### 5.4.2 — Execução

À voz de “em posição” dada pelo avaliador, o executante por meio de um salto, tomará a posição inicial, em suspensão facial, mantendo os braços em extensão completa, corpo na posição vertical e sem o contacto dos pés com o solo. À voz de “Começar”, o executante realiza uma flexão completa dos braços, devendo o queixo ultrapassar a parte superior da barra (trave). Em seguida voltará à posição inicial pela extensão completa dos braços. O corpo deve permanecer na posição vertical durante o exercício.

##### 5.4.3 — Regras

- A altura da Barra (Trave) deve estar a 2,30 m;
- Realizar, nas condições acima referidas, o maior número possível de flexões, até à falha, sem parar e sem intervalos de descanso;
- Não serão consideradas, para contagem, as flexões consideradas incorretas, ou seja, em que o queixo não passe acima da barra (trave), ou em que os braços não fiquem completamente estendidos;
- O corpo deve permanecer na vertical, não sendo permitidos balanços, nem movimentos de pernas (pedalar);
- A primeira flexão só pode ser iniciada, depois da ordem do avaliador, por forma a não ser aproveitado o balanço do salto inicial, para a efetuar;
- A prova deve ser realizada sem interrupções.
- É permitida a repetição da série para os candidatos que não obtenham o número suficiente de flexões para o sucesso nesta prova. Esta repetição pode ocorrer no final da primeira série realizada por todos os candidatos.

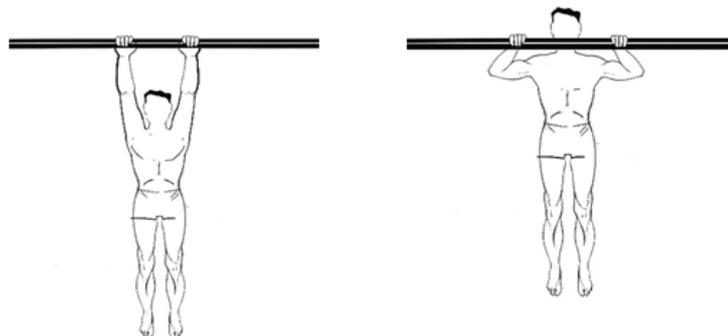


Figura 3  
Execução correta das elevações de braços na barra (trave)

### 5.5 — Força média — teste de abdominais (2 minutos)

#### 5.5.1 — Finalidade

Avaliar a resistência de força média (abdominal), durante 2 minutos.

#### 5.5.2 — Execução

Este teste consiste na execução do maior número de abdominais realizados em 2 minutos (120 segundos). Após colocação de um colchão por participante no solo, a pares, o participante que tiver de fora, irá segurar nos pés do participante a ser avaliado.

#### 5.5.3 — Regras

a) O participante deve iniciar o teste deitado de costas no colchão com os joelhos fletidos aproximadamente a 90.º, pés assentes no colchão, as mãos entrelaçadas atrás da cabeça e os cotovelos bem afastadas da cabeça. Os pés do participante vão estar a ser agarrados pelo participante que tiver de fora;

b) Uma execução correta será considerada quando o participante (a) parte da posição inicial e executa o movimento de flexão do tronco com os cotovelos (de forma cruzada) atinge o nível dos joelhos e volta à posição inicial;

c) Deverá ser dito ao participante (a) quando se encontra a metade da prova (60 segundos), quando faltam 30 segundos para terminar a prova e fazer a contagem decrescente nos últimos 5 segundos;

d) O teste termina quando o tempo de 2 minutos tiver chegado ao fim;

e) O valor registado é o número de repetições corretas realizadas pelo participante;

f) O avaliador deve estar colocado transversalmente ao candidato para que consiga ver a realização completa do movimento;

g) Registrar o número de repetições bem executadas pelo participante na folha de registo.

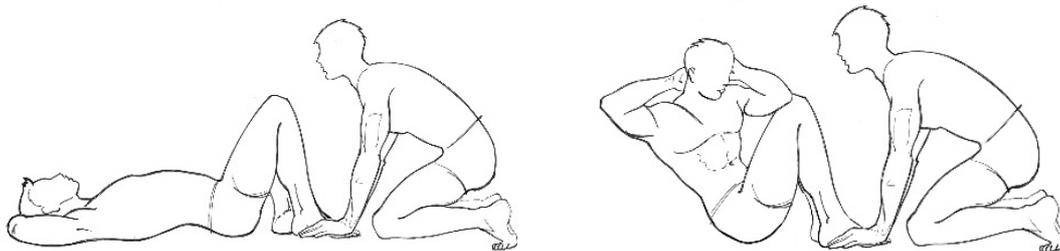


Figura 4  
Execução correta dos Abdominais (cruzados)

### 5.6 — Capacidade Cardiorrespiratória — Teste de Vaivém

#### 5.6.1 — Finalidade

Avaliar a capacidade de resistência cardiorrespiratória

#### 5.6.2 — Execução

Consiste na execução do número máximo de percursos realizados numa distância de 20 m a uma cadência predeterminada. Através de pinos e respetiva fita métrica, será feita a delimitação do espaço. Irá estar um computador portátil/lpod/mp3 com o software conectado a umas colunas de áudio para a realização do teste. Este será um teste realizado com mais do que um participante ao mesmo tempo.

#### 5.6.3 — Regras

a) O participante deve colocar-se na linha de partida e iniciar o teste ao sinal sonoro inicial transmitido pelas colunas áudio;

b) Deverá correr ao longo do percurso de 20 m na distância marcada pelos pinos, e deve tocar ou trespassar a linha quando ouve o sinal sonoro;

c) Ao sinal sonoro deve também inverter o sentido de corrida e correr até à outra extremidade;

d) Se atingir a linha antes do sinal sonoro, deverá esperar pelo novo sinal sonoro para correr em sentido contrário. Idealmente, deve controlar o ritmo de corrida de forma a chegar ao final dos 20 m um pouco antes do sinal sonoro;

- e) O sinal sonoro ajuda a marcar a velocidade durante o percurso. Inicialmente a velocidade é mais reduzida (8,5 km/h) e aumenta progressivamente;
- f) Um sinal sonoro indica o final de um percurso de 20 m, e um triplo sinal sonoro indica o final de cada etapa (1 minuto);
- g) Quando o participante não conseguir atingir a linha final do percurso (pela segunda vez) ao sinal sonoro termina a prestação do participante;
- h) O avaliador deve estar colocado transversalmente ao percurso para que consiga ver a transposição da linha e registar o n.º de percursos;
- i) O registo de percursos é segundo o n.º de beeps que forem respeitados;
- j) Registar o valor atingido pelo participante na folha de registo.

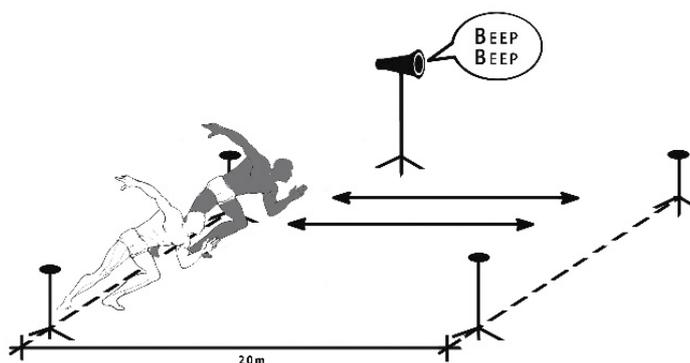


Figura 5  
Teste do Vaivém (Cardiorrespiratório)

5.7 — Natação

5.7.1 — Finalidade

Avaliar a capacidade de nadar.

5.7.2 — Execução

Consiste em nadar, em qualquer estilo, exceto decúbito dorsal, percorrendo uma distância de 100 metros de forma ininterrupta.

5.7.3 — Regras

- a) Os candidatos à medida que vão sendo chamados, dirigem-se para o bloco de partida e, ao sinal de “Partir” (que pode ser voz, apito ou pistola) começam a nadar;
- b) Não será permitida qualquer pausa depois de iniciada a prova.

APÊNDICE

Tabela 1

Percentil	Flexão de Braços	Abdominais	Vaivém	Agilidade	Imp. Horizontal	Valores	Classificação
100	18	85	130	9,30	2,85	20	Muito Bom
99			129	9,40	2,80	19,8	
98		84	128	9,50	2,75	19,6	
97	17		127	9,70	2,70	19,4	
96		83	126	9,90	2,65	19,2	
95			125	10,00	2,60	19	
94	16	82	124	10,20	2,57	18,8	
93			123	10,30	2,55	18,6	
92		81	122	10,40	2,54	18,4	
91	15		121	10,45	2,53	18,2	
90		80	120	10,50	2,52	18	



Percentil	Flexão de Braços	Abdominais	Valvem	Agilidade	Imp. Horizontal	Valores	Classificação
89			119	10,55	2,51	<b>17,8</b>	Bom
88	14	79	118	10,60	2,50	<b>17,6</b>	
87			117	10,65	2,49	<b>17,4</b>	
86		78	116	10,70	2,48	<b>17,2</b>	
85			115	10,80	2,47	<b>17</b>	
84	13	77	114	10,90	2,46	<b>16,8</b>	
83			113	10,95	2,45	<b>16,6</b>	
82		76	111	11,00	2,44	<b>16,4</b>	
81			109	11,05	2,43	<b>16,2</b>	
80	12	75	107	11,10	2,42	<b>16</b>	
79			106	11,15	2,41	<b>15,8</b>	
78		74	105	11,20	2,40	<b>15,6</b>	
77			104	11,25	2,39	<b>15,4</b>	
76	11	73	103	11,30	2,38	<b>15,2</b>	
75			102	11,35	2,37	<b>15</b>	
74		72	101	11,37	2,36	<b>14,8</b>	
73			100	11,39	2,35	<b>14,6</b>	
72	10	71	99	11,41	2,34	<b>14,4</b>	
71			98	11,43	2,33	<b>14,2</b>	
70		70	97	11,45	2,32	<b>14</b>	
69			96	11,48	2,31	<b>13,8</b>	
68	9	69	95	11,51	2,30	<b>13,6</b>	
67			94	11,53	2,29	<b>13,4</b>	
66		68	93	11,57	2,28	<b>13,2</b>	
65			92	11,60	2,27	<b>13</b>	
64	8	67	91	11,63	2,26	<b>12,8</b>	
63			90	11,66	2,25	<b>12,6</b>	
62		66	89	11,69	2,24	<b>12,4</b>	
61			88	11,72	2,23	<b>12,2</b>	
60	7	65	87	11,75	2,22	<b>12</b>	
59			86	11,78	2,21	<b>11,8</b>	
58		64	85	11,81	2,20	<b>11,6</b>	
57			84	11,84	2,19	<b>11,4</b>	
56		63	83	11,87	2,18	<b>11,2</b>	
55	6		82	11,90	2,17	<b>11</b>	
54		62	81	11,93	2,16	<b>10,8</b>	
53			80	11,96	2,15	<b>10,6</b>	
52		61	79	11,99	2,14	<b>10,4</b>	
51			78	12,02	2,13	<b>10,2</b>	
50	5	60	77	12,05	2,12	<b>10</b>	
49		58	76	12,08	2,11	<b>9,8</b>	
48		56	75	12,11	2,10	<b>9,6</b>	
47		54	74	12,15	2,09	<b>9,4</b>	
46		52	73	12,18	2,08	<b>9,2</b>	
45		50	72	12,21	2,07	<b>9</b>	
44		49	71	12,24	2,06	<b>8,8</b>	
43		48	70	12,27	2,05	<b>8,6</b>	
42		47	69	13,30	2,04	<b>8,4</b>	
41		46	68	13,33	2,02	<b>8,2</b>	
40	4	45	67	13,36	2,00	<b>8</b>	
35			66	13,40	1,98	<b>7</b>	
30	3	40	65	13,73	1,96	<b>6</b>	
25			60		1,90	<b>5</b>	
20	2	35	55		1,85	<b>4</b>	
15			45		1,80	<b>3</b>	
10	1	30	40		1,75	<b>2</b>	
5		15	35		1,70	<b>1</b>	
1						<b>0</b>	



TABELA 2

Tabela Natação - Masculino							
Tempo	Valores	Tempo	Valores	Tempo	Valores	Tempo	Valores
2.30	20.00	2.55	15.00	3.20	10.00	3.45	5.00
2.31	19.80	2.56	14.80	3.21	9.80	3.46	4.80
2.32	19.60	2.57	14.60	3.22	9.60	3.47	4.60
2.33	19.40	2.58	14.40	3.23	9.40	3.48	4.40
2.34	19.20	2.59	14.20	3.24	9.20	3.49	4.20
2.35	19.00	3.00	14.00	3.25	9.00	3.50	4.00
2.36	18.80	3.01	13.80	3.26	8.80	3.51	3.80
2.37	18.60	3.02	13.60	3.27	8.60	3.52	3.60
2.38	18.40	3.03	13.40	3.28	8.40	3.53	3.40
2.39	18.20	3.04	13.20	3.29	8.20	3.54	3.20
2.40	18.00	3.05	13.00	3.30	8.00	3.55	3.00
2.41	17.80	3.06	12.80	3.31	7.80	3.56	2.80
2.42	17.60	3.07	12.60	3.32	7.60	3.57	2.60
2.43	17.40	3.08	12.40	3.33	7.40	3.58	2.40
2.44	17.20	3.09	12.20	3.34	7.20	3.59	2.20
2.45	17.00	3.10	12.00	3.35	7.00	4.00	2.00
2.46	16.80	3.11	11.80	3.36	6.80	4.01	1.80
2.47	16.60	3.12	11.60	3.37	6.60	4.02	1.60
2.48	16.40	3.13	11.40	3.38	6.40	4.03	1.40
2.49	16.20	3.14	11.20	3.39	6.20	4.04	1.20
2.50	16.00	3.15	11.00	3.40	6.00	4.05	1.00
2.51	15.80	3.16	10.80	3.41	5.80	4.06	0.80
2.52	15.60	3.17	10.60	3.42	5.60	4.07	0.60
2.53	15.40	3.18	10.40	3.43	5.40	4.08	0.40
2.54	15.20	3.19	10.20	3.44	5.20	4.09	0.20

TABELA 3

Tabela Natação - Feminino							
Tempo	Valores	Tempo	Valores	Tempo	Valores	Tempo	Valores
2.45	20.00	3.10	15.00	3.35	10.00	4.00	5.00
2.46	19.80	3.11	14.80	3.36	9.80	4.01	4.80
2.47	19.60	3.12	14.60	3.37	9.60	4.02	4.60
2.48	19.40	3.13	14.40	3.38	9.40	4.03	4.40
2.49	19.20	3.14	14.20	3.39	9.20	4.04	4.20
2.50	19.00	3.15	14.00	3.40	9.00	4.05	4.00
2.51	18.80	3.16	13.80	3.41	8.80	4.06	3.80
2.52	18.60	3.17	13.60	3.42	8.60	4.07	3.60
2.53	18.40	3.18	13.40	3.43	8.40	4.08	3.40
2.54	18.20	3.19	13.20	3.44	8.20	4.09	3.20
2.55	18.00	3.20	13.00	3.45	8.00	4.10	3.00
2.56	17.80	3.21	12.80	3.46	7.80	4.11	2.80
2.57	17.60	3.22	12.60	3.47	7.60	4.12	2.60
2.58	17.40	3.23	12.40	3.48	7.40	4.13	2.40
2.59	17.20	3.24	12.20	3.49	7.20	4.14	2.20
3.00	17.00	3.25	12.00	3.50	7.00	4.15	2.00
3.01	16.80	3.26	11.80	3.51	6.80	4.16	1.80
3.02	16.60	3.27	11.60	3.52	6.60	4.17	1.60
3.03	16.40	3.28	11.40	3.53	6.40	4.18	1.40
3.04	16.20	3.29	11.20	3.54	6.20	4.19	1.20
3.05	16.00	3.30	11.00	3.55	6.00	4.20	1.00
3.06	15.80	3.31	10.80	3.56	5.80	4.21	0.80
3.07	15.60	3.32	10.60	3.57	5.60	4.22	0.60
3.08	15.40	3.33	10.40	3.58	5.40	4.23	0.40
3.09	15.20	3.34	10.20	3.59	5.20	4.24	0.20



ANEXO II

**Inspeção Médica e Tabela de Inaptidões**

**(Exame médico de Seleção)**

Inspeção Médica

A Inspeção Médica consta de um Exame Clínico e de Exames Complementares.

1 — O Exame Clínico de base compreende:

- a) Anamnese;
- b) Exame ectoscópico;
- c) Exame neurológico;
- d) Exame do aparelho respiratório;
- e) Exame do aparelho cardiovascular;
- f) Exame do aparelho digestivo;
- g) Exame do aparelho geniturinário;
- h) Exame oftalmológico;
- i) Exame otorrinolaringológico;
- j) Exame do aparelho osteoarticular;
- k) Exame estomatológico;
- l) Exame biométrico;
- m) Avaliação endócrina e metabólica;

2 — Os exames complementares compreendem:

- a) Análises do sangue;
- b) Análises da urina;
- c) Exames radiológicos;
- d) Audiometria;
- e) Acuidade visual e visão periférica;
- f) ECG em repouso;
- g) Prova de Esforço;
- h) Eletroencefalograma.

2.1 — As análises ao sangue consistem em:

2.1.1 — Hemograma completo;

2.1.2 — Doseamento de glicémia em jejum, ureia, ácido úrico, colesterol total, triglicéridos, VGT, transaminases.

2.1.3 — Doseamento de Ige total;

2.1.4 — Reação VDRL;

2.1.5 — Marcadores virais da hepatite B e C;

2.2 — As análises da urina consistem em:

2.2.1 — Análises dos caracteres gerais da urina e sedimento urinário;

2.2.2 — Pesquisa de metabolitos de drogas de abuso.

2.3 — Os exames radiológicos consistem em:

2.3.1 — Radiografia de tórax;

2.3.2 — Radiografia da coluna vertebral, todos os segmentos, frente e perfil.

3 — Para esclarecimento do diagnóstico pode o médico examinador promover a submissão do candidato a outros exames complementares.



TABELA DE INAPTIDÕES

**Elaborada segundo Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas de Saúde e Afins (ICD 10)**

CAPÍTULO I

**Condições gerais**

- 1 — Condições sensoriais de visão fora dos limites seguintes:
  - 1.1 — Acuidade visual inferior a 17/10 no somatório dos dois olhos, não corrigida com prótese ocular (óculos ou lentes de contacto);
  - 1.2 — Visão periférica inferior a 140° no meridiano horizontal em cada olho, sem correção;
  - 1.3 — Sentido cromático avaliado pelas tabelas de Ishiara: ausência de sentido tricromático.
- 2 — Audição fora dos limites seguintes:  
Diminuição da audição, num dos ouvidos superior a 25 dB em três das quatro frequências seguintes:
  - 500 Hz;
  - 1000 Hz;
  - 2000 Hz;
  - 4000 Hz.
- 3 — Tecido cutâneo que não revele condições de higiene e integridade.

CAPÍTULO II

**Doenças infecciosas e parasitárias**

- 1 — Tuberculose com qualquer localização, em atividade ou cura há menos de dois anos;
- 2 — Doenças sexualmente transmitidas;
- 3 — Hepatite crónica viral;
- 4 — Micoses, causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 5 — Paludismo crónico comprovado por meios complementares de diagnóstico;
- 6 — Quisto hidático e hidatitoses.

CAPÍTULO III

**Neoplasias**

- 1 — Tumor maligno em qualquer localização ou evolução;
- 2 — Tumores benignos causadores de perturbações funcionais que diminuem a capacidade para o serviço.

CAPÍTULO IV

**Doenças do sangue, órgãos hematopoéticos e outras situações envolvendo mecanismos imunitários**

- 1 — Anemias comprovadas clinicamente ou por meios complementares de diagnóstico, causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 2 — Diáteses hemorrágicas;
- 3 — Agranulocitose;



- 4 — Doenças dos leucócitos;
- 5 — Poliglobulias;
- 6 — Doenças do baço;
- 7 — Sarcoidose e imunodeficiências.

#### CAPÍTULO V

##### **Doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas**

- 1 — Disfunção tiroideia;
- 2 — Diabetes melitus;
- 3 — Outras disfunções endócrinas bem manifestadas ou suspeitas de evolução progressiva;
- 4 — Qualquer doença metabólica;
- 5 — Doenças nutricionais causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço.

#### CAPÍTULO VI

##### **Perturbações mentais e do comportamento**

- 1 — Alterações mentais orgânicas (demências, alterações da personalidade e do comportamento devido a lesão cerebral);
- 2 — Alterações mentais e do comportamento devidas ao uso de substâncias psicoativas;
- 3 — Esquizofrenia e estados esquizoides e delirantes (engloba o estado paranoide);
- 4 — Perturbações do humor, mania, doença bipolar, estados depressivos;
- 5 — Neuroses, distúrbios relacionados com o stress e somatizações;
- 6 — Alterações da personalidade e do comportamento;
- 7 — Outros distúrbios mentais e do comportamento em grau suscetível de poder causar perturbações que diminuem a capacidade para o serviço (inclui a gaguez).

#### CAPÍTULO VII

##### **Doenças do sistema nervoso**

- 1 — Doenças inflamatórias do sistema nervoso central ou suas sequelas;
- 2 — Síndromas extrapiramidais;
- 3 — Doenças desmielinizantes;
- 4 — Epilepsia;
- 5 — Doenças dos nervos, raízes e plexos nervosos ou suas sequelas causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 6 — Doenças musculares e neuromusculares causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço.

#### CAPÍTULO VIII

##### **Doenças do olho e anexos**

- 1 — Doenças das pálpebras, do aparelho lacrimal, da órbita e da conjuntiva com nítida perturbação funcional;
- 2 — Doenças da esclerótica, córnea, íris e corpo ciliar com perturbação funcional;
- 3 — Doenças do cristalino;
- 4 — Doenças da coróideia e da retina;
- 5 — Glaucoma;
- 6 — Doenças do vítreo e globo ocular;



- 7 — Doenças do nervo ótico e vias óticas;
- 8 — Estrabismo e outras anomalias dos movimentos binoculares com nítida perturbação funcional;
- 9 — Diplopia;
- 10 — Nistagmo;
- 11 — Ambliopia;
- 12 — Sequelas de cirurgia da miopia.

## CAPÍTULO IX

### Doenças do ouvido e apófise mastoideia

- 1 — Otites médias de tratamento prolongado ou fazendo prever alterações cicatriciais definitivas;
- 2 — Doenças agudas ou crónicas da mastoide;
- 3 — Colesteatoma;
- 4 — Labirintopatias agudas ou crónicas.

## CAPÍTULO X

### Doenças do aparelho circulatório

- 1 — Sequelas de febre reumática;
- 2 — Hipertensão arterial;
- 3 — Cardiopatia isquémica;
- 4 — Doenças do endocárdio, miocárdio, e pericárdio;
- 5 — Lesões valvulares não reumáticas;
- 6 — Alterações da condução e do ritmo cardíaco, causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 7 — Doenças vasculares cerebrais e suas sequelas;
- 8 — Doenças das artérias, arteríolas, capilares, veias e da circulação linfática não classificadas noutra local, causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço.

## CAPÍTULO XI

### Doenças do aparelho respiratório

- 1 — Alterações ou doenças orgânicas do nariz e cavidades acessórias, faringe, laringe e traqueia, causando perturbações funcionais respiratórias ou da fonação de tratamento prolongado;
- 2 — Rinite alérgica;
- 3 — Doença pulmonar crónica obstrutiva;
- 4 — Asma brônquica;
- 5 — Bronquiectasias e supurações pulmonares;
- 6 — Pneumoconioses e outras doenças causadas por agentes externos;
- 7 — Doenças da pleura causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 8 — Pneumotórax.

## CAPÍTULO XII

### Doenças do aparelho digestivo

- 1 — Afeções crónicas da boca e glândulas salivares que perturbem a fonação ou a mastigação;
- 2 — Menos de 20 dentes (à exceção dos sisos) regularmente distribuídos;



- 3 — Doenças do esófago não classificadas noutros capítulos causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 4 — Úlcera do estômago, duodeno ou intestino, comprovadas radiologicamente e com perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 5 — Hérnias abdominais ou hemiorrafia há menos de seis meses;
- 6 — Doenças inflamatórias crónicas não infecciosas do intestino;
- 7 — Doença hepática alcoólica;
- 8 — Doença hepática crónica;
- 9 — Doenças crónicas orgânicas da vesícula e vias biliares, litiásicas ou não;
- 10 — Doenças do pâncreas (pancreatite crónica, quisto e pseudoquisto).

### CAPÍTULO XIII

#### **Doenças da pele e do tecido celular subcutâneo**

- 1 — Infecções da pele de tratamento prolongado;
- 2 — Dermatoses bolhosas;
- 3 — Dermatites e eczemas com localização ou extensão que diminuem a capacidade para o serviço;
- 4 — Psoaríase e outras doenças pápulo-escamosas com localização ou extensão que diminuem a capacidade para o serviço;
- 5 — Urticária crónica causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço.

### CAPÍTULO XIV

#### **Doenças do sistema músculo-esquelético e tecido conjuntivo**

- 1 — Artrite reumatoide e outras poliartrites;
- 2 — Artroses;
- 3 — Deformidades adquiridas dos membros;
- 4 — Lesões da rótula e do joelho;
- 5 — Doenças sistémicas do tecido conjuntivo;
- 6 — Doenças da coluna vertebral causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 7 — Doenças dos músculos, tendões, ligamentos e aponevroses, causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 8 — Osteopatias causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço.

### CAPÍTULO XV

#### **Doenças do aparelho geniturinário**

- 1 — Doenças glomerulares;
- 2 — Nefropatias túbulo-intersticiais;
- 3 — Insuficiência renal;
- 4 — Doenças da bexiga e da uretra;
- 5 — Doenças do aparelho genital masculino causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 6 — Doenças da mama causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 7 — Doenças inflamatórias ou suas sequelas do aparelho genital feminino causando perturbações que diminuem a capacidade para o serviço;
- 8 — Prolapso genital feminino;
- 9 — Fístulas dos órgãos genitais femininos.

## CAPÍTULO XVI

**Malformações congénitas e anomalias cromossómicas**

- 1 — Pé plano, valgo, varo, equino ou cavo pronunciado;
- 2 — Joelhos valgos com afastamento intermaleolar superior a 10 cm;
- 3 — Joelhos valgos com afastamento intercondiliano superior a 10 cm;
- 4 — Outras malformações congénitas e anomalias cromossómicas causando perturbações que diminuam a capacidade para o serviço.

## CAPÍTULO XVII

**Sintomas, sinais e anomalias clínicas e laboratoriais não classificadas noutro capítulo**

Sintomas, sinais e anomalias clínicas e laboratoriais sem significado clínico definido e de evolução imprevisível.

## CAPÍTULO XVIII

**Traumatismo, intoxicações e outras lesões de causa externa**

- 1 — Sequelas de lesões traumáticas causando perturbações que diminuam a capacidade para o serviço;
- 2 — Sequelas de lesões causadas por corpos estranhos causando perturbações que diminuam a capacidade para o serviço;
- 3 — Sequelas de queimaduras e geladuras causando perturbações que diminuam a capacidade para o serviço;
- 4 — Sequelas de intoxicações causando perturbações que diminuam a capacidade para o serviço;
- 5 — Sequelas de lesões provocadas por outras causas externas causando perturbações que diminuam a capacidade para o serviço;
- 6 — Complicações de atos médicos e cirúrgicos não classificados noutros capítulos causando perturbações que diminuam a capacidade para o serviço.

## CAPÍTULO XIX

**Disposição finais**

- 1 — Todas as doenças, suas sequelas, ou deformidades de carácter permanente que possam interferir com as funções de Bombeiro Sapador, podem ser consideradas causas de inaptidão, embora não estejam especificamente mencionadas nesta tabela.
- 2 — Os indivíduos inaptos poderão solicitar relatório circunstanciado, através do seu médico assistente, à junta de inspeção.

314300358