

PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE EM FASE DE PROJETO

ÍNDICE

1.	INTRODUÇÃO.....	4
2.	GESTÃO DO PLANO DE SEGURANÇA E DE SAÚDE	5
2.1.	OBJETIVOS.....	5
2.2.	ÂMBITO DO PSS	5
2.3.	PRINCÍPIOS GERAIS	5
2.4.	ORGANIZAÇÃO DO PSS	6
2.5.	DESENVOLVIMENTO, ESPECIFICAÇÕES E ALTERAÇÕES DO PSS.....	7
2.6.	DISTRIBUIÇÃO DO PSS.....	8
2.7.	ENTREGA DO PSS	9
3.	ESTRUTURA DE SEGURANÇA NA EMPREITADA	10
3.1.	ORGANOGRAMA DE SEGURANÇA	10
3.2.	DELIMITAÇÃO DO PERÍMETROS DE ACESSO À EMPREITADA	10
3.3.	CONDIÇÕES DE PERMANÊNCIA NA EMPREITADA/ESTALEIRO.....	10
3.4.	SISTEMA DE PRIMEIROS SOCORROS E DE COMBATE A INCÊNDIOS	11
3.5.	ORGANOGRAMA FUNCIONAL.....	12
4.	MEMÓRIA DESCRITIVA	13
4.1.	POLÍTICA DE SST	13
4.2.	DEFINIÇÕES DE OBJETIVOS	13
4.3.	PRINCÍPIOS DE ATUALIZAÇÃO	13
4.4.	COMUNICAÇÃO PRÉVIA E DECLARAÇÃO RELATIVA A TRABALHADORES IMIGRANTES	14
4.5.	GESTÃO DA COMPILAÇÃO TÉCNICA.....	15
4.6.	GESTÃO DA COMUNICAÇÃO ENTRE TODOS OS INTERVENIENTES	16
4.7.	REGULAMENTAÇÃO APLICÁVEL.....	16
4.8.	HORÁRIO DE TRABALHO	23
4.9.	CONTROLO DE SUBCONTRATADOS	24
4.10.	MEDICINA NO TRABALHO.....	25
4.11.	SEGUROS DE ACIDENTES DE TRABALHOS E OUTROS	25
4.12.	SEGUROS DE RESPONSABILIDADE CIVIL	26
5.	CARACTERIZAÇÃO DA EMPREITADA	27

5.1.	LOCALIZAÇÃO	27
5.2.	CARACTERÍSTICAS GERAIS.....	27
5.3.	CRONOGRAMA DE TRABALHO	28
5.4.	PLANO E CRONOGRAMA DE MÃO-DE-OBRA	29
5.5.	CRONOGRAMA DE EQUIPAMENTOS.....	29
5.6.	TRABALHOS COM RISCOS ESPECIAIS	30
5.7.	MÉTODOS E PROCESSOS CONSTRUTIVOS	30
6.	PREVENÇÃO DO RISCOS.....	32
6.1.	PROJETO DO ESTALEIRO	32
6.1.1.	DELIMITAÇÃO	32
6.1.2.	ESCRITÓRIO	32
6.1.3.	INSTALAÇÕES DE VESTIÁRIO	33
6.1.4.	INSTALAÇÕES SANITÁRIAS	33
6.1.5.	LOCAIS DE DESCANSO	34
6.1.6.	ARMAZÉNS E FERRAMENTARIA.....	34
6.1.7.	PARQUE DE MATÉRIAS	34
6.1.8.	PARQUE DE EQUIPAMENTOS MÓVEIS	35
6.1.9.	RECOLHA E EVACUAÇÃO DOS RESÍDUOS	35
6.2.	IDENTIFICAÇÃO E CONTROLO DE SAÚDE DOS TRABALHADORES.....	35
6.2.1.	IDENTIFICAÇÃO DOS TRABALHADORES	35
6.3.	APTIDÃO FÍSICA E PSÍQUICA DOS TRABALHADORES	36
6.4.	PLANO DE GESTÃO DA ENTIDADE EXECUTANTE.....	36
6.5.	PLANO DE ESTALEIRO.....	37
6.6.	PLANO DE ACESSO, CIRCULAÇÃO E SINALIZAÇÃO	37
6.7.	PLANO DE SINALIZAÇÃO TEMPORÁRIA NA VIA PÚBLICA.....	42
6.8.	CONTROLO DE RECEÇÃO DE MATÉRIAS E EQUIPAMENTOS	43
6.9.	PLANO DE ARMAZENAMENTO, TRANSPORTE E MOVIMENTAÇÃO DE CARGAS E MATÉRIAS ..	43
6.10.	PLANO DE GESTÃO DAS DESCARGAS E RESÍDUOS DA OBRA.....	44
6.11.	PLANO DE MONITORIZAÇÃO E PREVENÇÃO	44
6.12.	PLANO DE REGISTO DE ACIDENTES E ÍNDICES DE SINISTRALIDADE LABORAL	44
6.13.	PLANO DE VISITANTES	46
6.14.	PLANO DE EMERGÊNCIAS	47
6.15.	REGISTO DE NÃO CONFORMIDADE E AÇÕES CORRECTIVOS.....	48
6.16.	PLANO DE PROTEÇÃO COLECTIVO.....	49
6.17.	PLANO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL.....	50
6.18.	PLANO DE FORMAÇÃO DOS TRABALHADORES	51

6.19.	AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO	52
6.20.	REUNIÃO PERIÓDICA POR GRUPO DE TRABALHADORES	52
6.21.	PLANO DE PREVENÇÃO DE CONTROLO DE ALCOOLEMIA	53
6.22.	PLANO DE DEMOLIÇÕES	53
6.23.	PLANO DE MONTAGENS, UTILIZAÇÃO E DESMONTAGEM DE ANDAIMES	54
6.24.	PLANO DE MONTAGENS DE TUBAGENS	55
6.25.	PLANO DE EXECUÇÃO DE ALVENARIAS	56
6.26.	PLANO DE EXECUÇÃO DE REVESTIMENTO E PINTURAS	56
6.27.	PLANO DE PAVIMENTAÇÃO	57
6.28.	PLANO DE REMOÇÃO DE PLACAS DE FIBROCIMENTO DA COBERTURA	57
7.	ACOMPANHAMENTO E MONITORIZAÇÃO	61
7.1.	MONITORIZAÇÃO MENSAL	61
7.2.	COMISSÃO DE SEGURANÇA E DE SAÚDE DA EMPREITADA	62
7.3.	AUDITORIAS E INSPECÇÕES	63
8.	ANEXOS.....	65

1. INTRODUÇÃO

O Plano de Segurança e Saúde (PSS) constitui uma das exigências, no quadro do novo regime decorrente da transposição da Diretiva Comunitária nº 92/57/CEE para o direito interno português. Esta legislação além de tornar obrigatória a prevenção ao nível do projeto, impõe a existência de coordenação e planificação da segurança e saúde em fase de projeto e em obra e define a linha de responsabilidades.

O PSS estabelece as regras a observar no estaleiro da obra durante a fase de construção, pretendendo-se com a sua implementação reduzir o risco de ocorrência de acidentes e proteger a saúde dos trabalhadores. Pretende implementar em obra um Sistema de gestão de Segurança exigente afim de todos os aspetos da Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho poderem ser controlados.

O presente PSS deve ser desenvolvido e especificado pela Entidade Executante (Empreiteiro) de modo a completar as medidas previstas, nos termos do Decreto-Lei n.º 273/2003, de 29 de Outubro.

Compete ao Adjudicatário, com base no que está definido neste PSS, elaborar todos os planos de ações para a prevenção de riscos, tendo em consideração os métodos e processos construtivos que irá utilizar, os equipamentos, o n.º de trabalhadores, o prazo de execução da empreitada, a organização do Estaleiro e o planeamento dos trabalhos. Estes planos devem ser elaborados antes do início de quaisquer trabalhos.

Para dar seguimento ao PSS devem os responsáveis pela segurança e saúde do estaleiro assegurar o integral cumprimento dos pressupostos nele contidos, de modo a reduzir a sinistralidade laboral, aumentar a produtividade e melhorar a qualidade de vida dos trabalhadores nos seus postos de trabalho.

O PSS deverá ter um carácter dinâmico durante a execução dos trabalhos da empreitada, devendo integrar os projetos, planos e registos de todas as medidas do âmbito da segurança e saúde. Assim, todas as adaptações complementares feitas, posteriormente à elaboração dos Planos de Ações para a Prevenção de Riscos, devem considerar a integração dos elementos, para o efeito, preparados. As adaptações deverão ser realizadas atendendo aos métodos e processos construtivos utilizados, na execução dos trabalhos, às condicionantes existentes, à organização do estaleiro, ao planeamento da obra, à carga de mão-de-obra e aos equipamentos utilizados.

2. GESTÃO DO PLANO DE SEGURANÇA E DE SAÚDE

2.1. OBJETIVOS

Com a implementação do presente PSS pretendem:

- Eliminar a sinistralidade da obra, propondo-se para o efeito concluir os trabalhos sem registo de quaisquer acidentes, realizando todas as atividades em condições de segurança e de saúde adequadas;
- Contribuir para a redução das causas que originam doenças profissionais no sector da Construção Civil e Obras Públicas;
- Alcançar bons níveis de produtividade decorrentes das boas condições de trabalho;
- Realizar todos os trabalhos com a qualidade, num espaço organizado e ambientalmente correto;
- Minimizar os custos sociais e económicos resultantes dos acidentes;
- Contribuir para a existência de uma Cultura de Segurança no estaleiro, através do envolvimento de todos os intervenientes na empreitada.

2.2. ÂMBITO DO PSS

O presente PSS aplica-se aos trabalhos relativos à empreitada, abrangendo:

- Todas as atividades de produção, a desenvolver pela entidade executante durante a fase de obra, incluindo as inerentes às obras acessórias, preparatórias e ensaios;
- Todas as empresas e trabalhadores independentes subcontratados pela Entidade Executante;
- Todas as atividades dos fornecedores, a desenvolver no perímetro do estaleiro e com a intervenção, direta ou indireta, da entidade executante;
- Todas as ações e atos inerentes à montagem das instalações provisórias do estaleiro.

2.3. PRINCÍPIOS GERAIS

Quer a Entidade Executante como todos os Subempreiteiros e Trabalhadores Independentes intervenientes na empreitada, devem respeitar sempre os seguintes princípios:

- Cumprir a legislação nacional aplicável e todas as diretrizes provenientes das entidades fiscalizadoras competentes (nomeadamente da Fiscalização e/ou do Coordenador de Segurança em Obra).
- Organizar e implementar um sistema de segurança que permita uma eficaz prevenção dos riscos que podem afetar a vida, saúde e integridade física dos trabalhadores presentes na obra,

tendo em conta os seguintes princípios gerais de prevenção: Eliminação dos fatores de risco; Combate dos fatores de risco na origem; Adaptação do trabalho ao Homem; Organização do trabalho; Informação e formação.

- Fomentar a cooperação entre os trabalhadores tendo em vista a prevenção dos riscos profissionais.

2.4. ORGANIZAÇÃO DO PSS

O presente PSS corresponde ao documento base, elaborado na fase de projeto.

Para execução da obra, o presente PSS deverá ser complementado pela Entidade Executante adjudicada conforme o art.º 11 do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro, devendo, no entanto, incluir no mínimo todos os documentos mencionados.

Atendendo à característica evolutiva do PSS, este documento é apresentado sob a forma de pasta de arquivo, de modo a facilitar quer o seu desenvolvimento, especificação e atualização (conforme o previsto no art.º 11 do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro), quer a sua consulta.

Este documento base inclui também um conjunto de modelos referidos ao longo deste PSS, que se apresentam no Anexo I, e que a Entidade Executante poderá utilizar como referência para o desenvolvimento dos seus próprios modelos, os quais deverão ter no mínimo a informação contida nos modelos apresentados.

A manutenção atualizada da documentação deste PSS é da responsabilidade da Entidade Executante, que informará a Fiscalização / Coordenação de Segurança.

Na pasta de arquivo devem constar tantos separadores quantos os anexos a desenvolver. O número de pastas de arquivo variará de acordo com o volume de documentação a incluir no PSS.

Sempre que o volume de documentos a integrar em determinado anexo justifique a criação de um arquivo próprio deve o Coordenador de Segurança proceder à sua preparação, identificação e organização nos moldes previstos.

Em todas as pastas de arquivo ou separadores, os documentos mais recentes serão arquivados sobrepondo-se aos mais antigos. No início de cada pasta haverá um índice indicativo do seu conteúdo.

Todos os documentos substituídos serão mantidos em arquivo, devendo ser mencionado sobre os mesmos a data da substituição e a referência do documento que o substituiu.

Nas pastas de registos existirá cópia atualizada da Lista de Assinaturas onde estarão identificadas todas as pessoas autorizadas a assinar documentos relativos à Segurança e Saúde e todos os outros que, independentemente do seu conteúdo, sirvam para anexar ao presente documento.

As lombadas das pastas de arquivo que sejam criadas no âmbito do PSS devem ser de cor a definir pela Fiscalização por solicitação da Entidade Executante a identificar objetivamente o seu conteúdo.

2.5. DESENVOLVIMENTO, ESPECIFICAÇÕES E ALTERAÇÕES DO PSS

O PSS é um documento que tem como suporte as definições do projeto de obra e que reflecte a análise de risco implementada aquando do desenvolvimento deste. Especifica ainda a organização, a gestão da comunicação e as medidas que o Dono da Obra deseja ver implementadas, de modo a cumprir os objetivos definidos para a área de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho (SHST).

A Entidade Executante, tendo em conta os seus recursos humanos e técnicos, os processos construtivos e os métodos de trabalho, deverá desenvolver e especificar o presente documento, de acordo com o art.º 11 e anexos II e III do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro. Os documentos que dão suporte a essa atividade, deverão ser propostos para validação técnica ao Coordenador de Segurança em Obra (CSO), que por sua vez os proporá para aprovação ao Dono da Obra. A Entidade Executante não dará início a qualquer atividade no estaleiro, sem que previamente, o PSS esteja aprovado pelo Dono da Obra.

Existindo razão plausível, como seja, indefinição do método construtivo, ausência de informação suficiente do meio ambiente ou condições do terreno, etc., a Entidade Executante poderá proceder parcelarmente ao desenvolvimento e especificação do PSS. De qualquer modo, não se dará início a nenhuma atividade, sem que se encontrem aprovados, pelo Dono da Obra, os documentos respeitantes à respetiva análise de risco e restantes especificações, da incumbência da Entidade Executante.

As eventuais alterações ao PSS de projeto serão vinculadas pelo CSO e pela Fiscalização e aprovada pelo Dono de Obra ou respetivo representante.

Por sua vez, a Entidade Executante poderá propor ao CSO soluções alternativas às previstas no PSS, desde que não diminuam os níveis de segurança e sejam devidamente justificadas. Para tal, a Entidade Executante utilizará o Modelo S01 constante do Anexo 1 do PSS.

É responsabilidade da Entidade Executante elaborar e manter o registo das alterações aprovadas para o que utilizará o modelo S02. Posteriormente deverá assinalar no original do PSS os pontos alterados na margem da página com traço encarnado e inscrição do termo “alterado”, datando e incluindo o número

do Registo de Alteração. Os registos das propostas de alterações deverão ser arquivados no Anexo 2 do presente PSS.

2.6. DISTRIBUIÇÃO DO PSS

O PSS deve ser distribuído às seguintes entidades:

- a) Fiscalização;
- b) Todos os subempreiteiros;
- c) Concessionários de Serviços Públicos a trabalharem no estaleiro;
- d) Todos os trabalhadores independentes;
- e) ACT (caso solicite);

A Entidade Executante deverá assegurar a distribuição do PSS e respetivo desenvolvimento prático a todas as entidades por si subcontratadas que intervenham na obra em causa.

Se não se justificar a distribuição integral do documento, a Entidade Executante procederá à distribuição de partes do mesmo, que assegurem o conhecimento suficiente das regras de gestão e atuação na área de SHST ao subcontratado em causa.

Sendo que o PSS é um documento controlado, a Entidade Executante assegurará uma sub-rotina que garanta as características do documento original. Poder-se-á, no entanto, distribuir cópias não controladas de partes do PSS, sempre que estas se destinem a mera informação ou sensibilização de trabalhadores envolvidos em atividades de risco. Esta distribuição será registada no Modelo S03, anexando-se a declaração, conforme o Modelo S04, incluídos no Anexo1 deste documento.

As cópias controladas do PSS serão identificadas através de carimbo ou marca de água no documento. Sempre que forem efetuadas alterações ao PSS, o CSO é responsável por fazer a recolha do documento obsoleto e pela distribuição de nova edição do mesmo.

A entidade executante encarregar-se-á de fazer entrega de cópia do registo de distribuição do PSS ao CSO que, por sua vez, a integrará no Anexo 3 do PSS, juntamente com as declarações de receção do PSS, cujo modelo consta no Anexo 1.

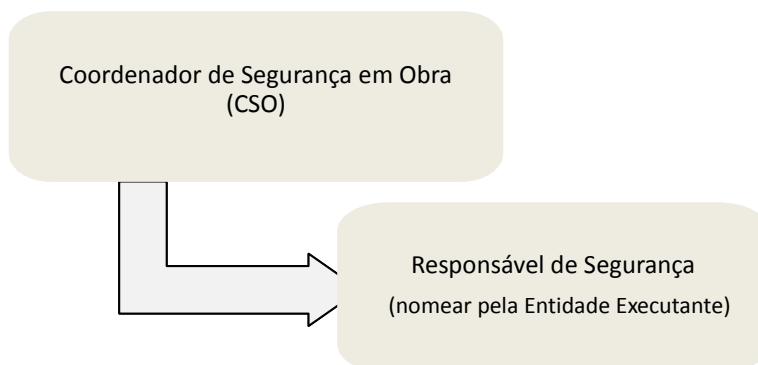
2.7. ENTREGA DO PSS

Concluídos todos os trabalhos da empreitada, o Empreiteiro entregará, no ato da Receção Provisória (ou da última receção provisória, se aplicável) à Fiscalização, e esta ao Dono da Obra, o PSS organizado nos termos previstos, ficando com uma cópia para ser utilizada caso haja lugar a trabalhos durante o prazo de garantia. Este fato será registado no Auto da Receção Provisória, anexando -se declaração, conforme o modelo S05 incluído no Anexo 1 deste documento, devidamente preenchida e assinada por todos os elementos previstos. Deverá ser incluída uma cópia dessa declaração no início do PSS.

Caso haja lugar à execução de trabalhos durante o prazo de garantia, o Empreiteiro obriga-se a proceder à sua realização de acordo com o estipulado no PSS e a planear e implementar as medidas necessárias, bem como a promover a integração dos elementos desenvolvidos no PSS sempre que se justifique. No final desses trabalhos deverá entregar à Fiscalização os complementos ao PSS elaborados, incluindo registos para ser anexados ao PSS da empreitada em poder do Dono da Obra.

3. ESTRUTURA DE SEGURANÇA NA EMPREITADA

3.1. ORGANOGRAMA DE SEGURANÇA



É de referir que o CSO poderá exigir à Entidade Executante a permanência de um responsável de segurança a tempo inteiro na obra exercendo exclusivamente funções de segurança.

3.2. DELIMITAÇÃO DO PERÍMETROS DE ACESSO À EMPREITADA

O estaleiro e a obra deverão estar vedados em todo o seu perímetro, de maneira a impedir a entrada a qualquer pessoa sem autorização prévia. A vedação será realizada em tapume metálico ou outro material desde que previamente acordado com a Fiscalização e com a Coordenação de Segurança em Obra.

Todas as pessoas e viaturas estranhas à obra só terão acesso ao estaleiro geral mediante autorização concedida pelo Dono de Obra.

É indispensável a consulta do Plano de Acesso, Circulação e Sinalização e do Plano de Visitantes aprovados para a obra.

3.3. CONDIÇÕES DE PERMANÊNCIA NA EMPREITADA/ESTALEIRO

Nos locais de trabalho só podem entrar trabalhadores da obra ou do “Dono da Obra”, salvo quando o acesso de outras pessoas aos locais de trabalho for enquadrado por elementos designados pela Entidade Executante ou pelo CSO.

Em qualquer caso, a permanência no estaleiro e em Zonas de trabalho, só é permitida às pessoas que utilizarem equipamentos de proteção individual, nomeadamente capacete, colete e calçado de segurança adequado.

O Dono de Obra e o CSO poderão solicitar a identificação de qualquer pessoa ou veículo que se encontre no estaleiro/obra.

A fim de se identificar as pessoas no estaleiro/obra, fixam-se algumas regras para o uso do capacete de segurança:

Cargos	Quadros Superiores Encarregados	Outros Trabalhadores	Visitas
Capacete	Branco (com identificação da empresa que representam)	Cor definida pela especificidade que desenvolvem (com identificação da empresa que representam)	Branco

Tabela 1 - Uso de capacete (Tipo)

Os trabalhadores, após serem devidamente informados das regras de segurança da obra, são responsáveis pelas suas atitudes inseguras. Assim os Responsáveis de Segurança da obra, sempre que a situação o exija, poderão aplicar um sistema de advertência, conduzindo em último caso a um impedimento de entrada no estaleiro/obra.

O não cumprimento das prescrições de identificação e permanência no estaleiro determina a saída do estaleiro/obra.

É indispensável a consulta do Plano de Acesso, Circulação e Sinalização, Plano de Visitantes e Plano de Proteções Individuais aprovados para a obra aprovados para a obra.

3.4. SISTEMA DE PRIMEIROS SOCORROS E DE COMBATE A INCÊNDIOS

É obrigatória a existência de material de primeiros socorros, sinalizado e de fácil acesso, em todos os locais onde as condições de trabalho o exigirem, de acordo com o Plano de Emergência. Da mesma forma, a existência de equipamento de combate a incêndio é indispensável, sendo a quantidade, a distribuição e sinalização dos mesmos verificados e validados pelo CSO.

É expressamente proibido fazer fogueiras no interior do Estaleiro/Obra.

É obrigatória a existência de uma estrutura interna que assegure as atividades de primeiros socorros, de combate a incêndios e de evacuação de trabalhadores em situações de perigo grave e iminente, designando os trabalhadores responsáveis por essas atividades.

Sem prejuízo do disposto anteriormente, a Entidade Executante deve formar, em número suficiente, tendo em conta a dimensão da obra e os riscos existentes, os trabalhadores responsáveis pela aplicação das medidas de primeiros socorros, de combate a incêndios e de evacuação de trabalhadores, bem como facultar-lhes material adequado.

3.5. ORGANOGRAMA FUNCIONAL

A Entidade Executante estabelecerá objetivamente o organograma funcional, identificando os meios humanos afetos à gestão e controlo da segurança e saúde no trabalho, incluindo o responsável, os representantes dos trabalhadores e a equipa que garanta assistência em matéria de primeiros socorros, de combate a incêndios e de evacuação de trabalhadores.

É competência da Entidade Executante definir, por escrito, as responsabilidades e funções de cada pessoa no que respeita especificamente à segurança no trabalho. Os responsáveis por cada atividade devem possuir formação e experiência adequada, por forma, a garantir o bom desempenho das funções atribuídas. É responsabilidade da Entidade Executante assegurar a permanência, no local de realização dos trabalhos, de pelo menos um elemento com formação de Socorrista, que poderá ser um trabalhador da obra.

Após validação e aprovação, a Coordenação de Segurança em obra arquivará no Anexo 2 o Desenvolvimento Prático do PSS, o organograma do estaleiro e uma síntese da definição de funções, tarefas e responsabilidades elaborada pela Entidade Executante.

No conjunto, devem ser identificadas todas as pessoas necessárias para preparar e organizar os documentos a desenvolver/complementar o PSS e acompanhar e garantir a sua implementação, incluindo todo o pessoal de enquadramento até pelo menos ao nível de chefe de equipa.

4. MEMÓRIA DESCRITIVA

4.1. POLÍTICA DE SST

O Coordenador de Segurança em Obra (CSO) da empreitada deverá definir a Política de SST para a empreitada. Esta política deve ter em conta os objetivos e princípios de atuação a seguir referidos:

- A política de SST deverá ser assinada e datada pelo CSO, ao qual cabe também assegurar a transmissão da referida política a todos os trabalhadores da empreitada, incluindo subcontratados.
- Esta deverá ser afixada na vitrina do estaleiro e deverá constar uma cópia da mesma no Anexo 4 do presente documento.

4.2. DEFINIÇÕES DE OBJETIVOS

O presente PSS referente à empreitada da reabilitação da Escola Básica de 2º e 3º Ciclo Frei Estevão Martins, em Alcobaça, pretende responder ao exigido na legislação em vigor, assim como atingir os seguintes objetivos:

- Cumprimento de toda a regulamentação sobre Segurança, Higiene e Saúde em geral e sobre Segurança em Estaleiros de Construção Civil em particular, bem como, com o definido neste Plano de Segurança e Saúde;
- Melhoria das condições de trabalho através da prevenção de riscos;
- Minimizar os índices de sinistralidade laboral e os custos sociais económicos que resultem de acidentes de trabalho ou doenças profissionais;
- Redução dos acidentes e incidentes no trabalho;
- Fomentar os níveis de produtividade e Qualidade;
- Promover a qualificação profissional das equipas de trabalho;
- Realizar todos os trabalhos com qualidade num espaço adequado, organizado, seguro e ambientalmente correto.

4.3. PRINCÍPIOS DE ATUALIZAÇÃO

Os objetivos referidos assentam nos seguintes princípios:

- Reconhecer a segurança e saúde no trabalho como parte integrante do desempenho;
- Planear as medidas preventivas necessárias aos riscos que não foram possíveis evitar;
- Reconhecer os direitos e deveres dos trabalhadores os quais terão a sua quota-parte de responsabilização na elaboração do sistema de segurança;

- Incentivar os trabalhadores a zelarem pela sua própria segurança e pela dos colegas que possam ser afetados pelas suas ações;
- Encorajar os trabalhadores a identificarem e comunicarem todas as situações de não segurança, mesmo que elas não interfiram diretamente com a sua segurança;
- Rever periodicamente a gestão de segurança no trabalho;
- Definição clara de responsabilidade na cadeia hierárquica em matéria de segurança e saúde;
- Alocar os recursos humanos, materiais e de equipamentos necessários à implementação das ações planeadas para garantir a segurança no trabalho;
- Promover as ações necessárias para que sejam compreendidas as medidas preventivas de segurança por todos os trabalhadores.

4.4. COMUNICAÇÃO PRÉVIA E DECLARAÇÃO RELATIVA A TRABALHADORES IMIGRANTES

A Comunicação Prévia consiste numa comunicação de abertura do estaleiro que deve ser feita, pelo Dono da Obra, à ACT (Autoridade para as Condições de Trabalho). A Comunicação Prévia deve ser elaborada antes da abertura do estaleiro e é obrigatória quando se preveja um prazo total superior a 30 dias e a utilização simultânea de mais de 20 trabalhadores ou quando se preveja um total de mais de 500 dias de trabalho, correspondente ao somatório dos dias de trabalho prestado por cada um dos trabalhadores. Apresenta-se no Anexo I o modelo da Comunicação Prévia (S08).

A Comunicação Prévia deve ser datada, assinada e indicar:

- a) O endereço completo do estaleiro;
- b) A natureza e a utilização;
- c) O dono da obra, o autor ou autores do projeto e a entidade executante, bem como os respetivos domicílios ou sedes;
- d) O fiscal ou fiscais da obra, o coordenador de segurança em projeto e o coordenador de segurança em obra, bem como os respetivos domicílios;
- e) O diretor técnico da empreitada e o representante da entidade executante, se for nomeado para permanecer no estaleiro durante a execução da obra, bem como os respetivos domicílios, no caso de empreitada de obra pública;
- f) O responsável pela direção técnica da obra e o respetivo domicílio, no caso de obra particular;
- g) As datas previstas para o início e termo dos trabalhos no estaleiro;
- h) A estimativa do número máximo de trabalhadores por conta de outrem e independentes que estarão presentes em simultâneo no estaleiro, ou do somatório dos dias de trabalho prestado por cada um dos trabalhadores, consoante a comunicação prévia seja baseada;
- i) A estimativa do número de empresas e de trabalhadores independentes a operar no estaleiro;

j) A identificação dos subempreiteiros já subcontratados.

O Dono da Obra deve comunicar à ACT qualquer alteração dos elementos da comunicação prévia referidos nas alíneas a) a i) nas quarenta e oito horas seguintes, e dar ao mesmo tempo conhecimento da mesma ao coordenador de segurança em obra e à entidade executante. Assim como, deve comunicar mensalmente a atualização dos elementos referidos na alínea j) à ACT.

A comunicação prévia deve ser acompanhada das seguintes declarações:

- 1) Declaração do autor do projeto e do coordenador de segurança em projeto, identificando a obra;
- 2) Declaração da entidade executante, do coordenador de segurança em obra, do fiscal ou fiscais da obra, do diretor técnico da empreitada, do representante da entidade executante e do responsável pela direção técnica da obra, identificando o estaleiro e as datas previstas para início e termo dos trabalhos.
- 3) Declaração relativa a eventuais trabalhadores imigrantes utilizando o modelo S09 incluído no Anexo II. A Entidade Executante deverá também exigir declarações idênticas a todos os seus Subcontratados.

É da responsabilidade da Entidade Executante afixar cópias da comunicação prévia e das suas atualizações, no estaleiro, em local bem visível.

4.5. GESTÃO DA COMPILAÇÃO TÉCNICA

A Entidade Executante, de acordo com as solicitações do CSO, entregará para o desenvolvimento/adaptação da Compilação Técnica, os elementos relevantes para intervenções futuras durante a exploração da construção. Estes elementos consistem essencialmente em:

- Identificação da Entidade Executante;
- Identificação de Subempreiteiros ou Trabalhadores Independentes com intervenções relevantes nas características da obra;
- Informações técnicas relativas ao projeto geral, especialidades e equipamentos instalados;
- Outras informações úteis.

As informações técnicas serão compostas por:

- Memórias descritivas;
- Projeto de execução;
- Telas finais;

- Redes técnicas;
- Materiais utilizados.

4.6. GESTÃO DA COMUNICAÇÃO ENTRE TODOS OS INTERVENIENTES

A comunicação entre todos os intervenientes é fundamental para garantir a eficiência do sistema de SHST.

A Entidade Executante deverá propor para análise e validação técnica do coordenador de Segurança em Obra, a metodologia que pretende implementar para a gestão da comunicação entre os vários intervenientes do Estaleiro em matéria de prevenção dos riscos profissionais.

4.7. REGULAMENTAÇÃO APLICÁVEL

Na obra aplica-se toda a regulamentação de segurança e saúde em vigor. Apresenta-se uma lista não exaustiva de legislação sobre segurança no trabalho da construção:

Regulamentação de âmbito geral (Segurança e Saúde no Trabalho)

- Decreto-Lei n.º441/91, de 14 de Novembro, revogada pela Lei n.º 102/2009, de 10 de Setembro e pela Lei n.º 3/2014, de 28 de Janeiro e a Declaração de Retificação n.º20/2014, de 27 de Março - Esta Lei procede à segunda alteração à Lei n.º 102/2009, de 10 de Setembro, alterada pela Lei n.º 42/2012, de 28 de Agosto, que aprova regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho, conformando-o com a disciplina do Decreto -Lei n.º 92/2010, de 26 de Julho, que estabelece os princípios e as regras necessárias para simplificar o livre acesso e exercício das atividades de serviços e transpõe a Diretiva n.º 2006/123/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 12 de Dezembro, relativa aos serviços no mercado interno;

- Decreto-Lei n.º 347/93 de 1 de Outubro - Transpõe para o direito interno a Diretiva do n.º 89/654/CEE, de 30 de Novembro, relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde para os locais de trabalho;

- Portaria n.º 987/93 de 6 de Outubro - Estabelece as normas técnicas de execução do Decreto-Lei n.º 347/93 de 1 de Outubro;

- Decreto -Lei n.º26/94, de 1 de Fevereiro, revogada pela Lei n.º 102/2009, de 10 de Setembro e pela Lei n.º 3/2014, de 28 de Janeiro e a Declaração de Retificação n.º20/2014, de 27 de Março - Esta Lei procede à segunda alteração à Lei n.º 102/2009, de 10 de Setembro, alterada pela Lei n.º 42/2012, de 28 de Agosto, que aprova regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho, conformando-o com a disciplina do Decreto -Lei n.º 92/2010, de 26 de Julho, que estabelece os

princípios e as regras necessárias para simplificar o livre acesso e exercício das atividades de serviços e transpõe a Diretiva n.º 2006/123/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 12 de Dezembro, relativa aos serviços no mercado interno;

- Lei n.º 7/95 de 29 de Março - Alteração, por ratificação, do Decreto-Lei n.º 26/94 de 1 de Fevereiro;

- Decreto -Lei n.º 133/99 de 21 de Abril - Altera o Decreto-Lei n.º 441/91 de 14 de Novembro, relativo aos princípios de prevenção de riscos profissionais;

- Lei n.º 113/99 de 3 de Agosto - Revogado e substituído pelo Código do trabalho;

- Decreto-Lei n.º 109/2000 de 30 de Junho - Altera o Decreto -Lei n.º 26/94, de 1 de Fevereiro, alterado pelas Leis n.º 7/95, de 29 de Março, e n.º 118/99, de 11 de Agosto (revogado e substituído pelo código do trabalho), que contém o regime de organização e funcionamento das atividades de segurança, higiene e saúde no trabalho;

- Portaria n.º 762/2002 de 1 de Julho - Aprova o Regulamento de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho na Exploração dos Sistemas Públicos de Distribuição de Água e de Drenagem de Águas Residuais;

- Portaria n.º 299/2007 de 16 de Março - Aprova o modelo de relatório anual da atividade dos serviços de segurança, higiene e saúde no trabalho;

- Lei n.º 99/2003 de 27 Agosto - Aprova o Código do Trabalho;

- Decreto-Lei n.º 236/2003 de 30 de Setembro - Transpõe para a ordem jurídica interna a Diretiva n.º 1999/92/CEE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 16 de Dezembro, relativa às prescrições mínimas destinadas a promover a melhoria da proteção da segurança e saúde dos trabalhadores suscetíveis de exposição a riscos derivados de atmosferas explosivas no local de trabalho;

- Decreto-Lei n.º 12/2004 de 9 de Janeiro - Estabelece o regime jurídico de ingresso e permanência na atividade da construção;

- Lei n.º 35/2004 de 29 de Julho - Regulamenta a Lei n.º 99/2003 de 27 de Agosto que aprovou o Código do trabalho.

Trabalho na Construção Civil

- Decreto -Lei nº 41820 de 11 de Agosto de 1958 - Estabelece a fiscalização e infrações às normas de segurança para proteção do trabalho nas obras de construção civil;
- Decreto-Lei nº 41821 de 11 de Agosto de 1958 - Aprova o Regulamento de Segurança no Trabalho da Construção Civil – RSTCC;
- Decreto-Lei nº 46427 de 10 de Julho de 1965 - Aprova o Regulamento das Instalações Provisórias do pessoal empregado nas Obras – RIPPEO;
- Decreto-Lei nº 308/89 de 14 de Setembro - Comete ao CMOPP competência para fiscalizar a proteção, organização, segurança e sinalização de estaleiros de obras;
- Portaria nº 101/96 de 3 de Abril - Regulamenta o Decreto -Lei nº 155/95 de 1 de Julho relativo às prescrições mínimas de segurança e saúde a aplicar nos estaleiros temporários ou móveis;
- Decreto-Lei nº 273/2003 de 29 de Outubro - Estabelece regras gerais de planeamento, organização e coordenação para promover a segurança, higiene e saúde no trabalho em estaleiros da construção e transpõe para a ordem jurídica interna a Diretiva nº 92/57/CEE, do Conselho, de 24 de Junho, relativa às prescrições mínimas de segurança e saúde no trabalho a aplicar nos estaleiros temporários ou móveis.

Regime Jurídico dos Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais

- Decreto-lei nº 352/2007 de 23 de Outubro - Aprova a nova Tabela Nacional de Incapacidades por Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais.
- Decreto-Lei nº 362/93 de 15 de Outubro - Estabelece as regras relativas à informação estatística sobre acidentes e trabalho e doenças profissionais.

Equipamentos de Proteção Individual – EPI

- Decreto-Lei nº 128/93 de 22 de Abril - Transpõe para o direito interno a Diretiva nº 89/686/CEE, de 21 de Dezembro, relativa às exigências técnicas de segurança a observar pelos equipamentos de proteção individual;
- Decreto-Lei nº 348/93 de 1 de Outubro - Transpõe para o direito interno a Diretiva do nº 89/656/CEE, de 30 de Novembro, relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde dos trabalhadores na utilização de equipamentos de proteção individual;

- Portaria nº 988/93 de 6 de Outubro - Estabelece a descrição técnica do equipamento de proteção individual, de acordo com o art.º 7 do Decreto-Lei nº 348/93 de 1 de Outubro;
- Portaria nº 1131/93 de 4 de Novembro - Estabelece as exigências essenciais relativas à saúde e segurança aplicáveis aos equipamentos de proteção individual, de acordo com o art.º 2 do Decreto -Lei nº 128/93 de 22 de Abril;
- Portaria nº 109/96 de 10 de Abril - Altera os Anexos I, II, IV e V da Portaria nº 1131/93 de 4 de Novembro;
- Portaria nº 695/97 de 19 de Agosto – Altera os Anexos I e V da Portaria nº 1131/93 de 4 de Novembro;
- Decreto-Lei nº 374/98 de 24 de Novembro – Altera os Decretos-Lei nº 378/93 de 5 de Novembro, nº 128/93 de 22 de Abril, nº 383/93 de 18 de Novembro, nº 130/92 de 6 de Junho, n.º 117/88 de 12 de Abril e nº 113/93 de 10 de Abril, relativos a EPI e marcação CE.

Máquinas, Equipamentos e Materiais de Estaleiro

- Decreto-Lei nº 331/93 de 25 de Setembro – Transpõe para o direito interno a Diretiva nº 89/655/CEE, de 30 de Novembro, relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde na utilização de equipamentos de trabalho;
- Decreto-Lei nº 349/93 de 1 de Outubro – Transpõe para o direito interno a Diretiva nº 90/270/CEE, de 29 de Maio, relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde respeitantes ao trabalho com equipamentos dotados de visor;
- Decreto-Lei nº 378/93 de 5 de Novembro – Transpõe para o direito interno as Diretivas nº 89/392/CEE de 14 de Junho e 91/368/CEE de 20 de Junho relativas à concepção e fabrico de máquinas;
- Portaria nº 989/93 de 6 de Outubro – Regulamenta o Decreto-Lei nº 349/93 de 1 de Outubro;
- Portaria nº 145/94 de 12 de Março – Regulamenta o Decreto-Lei nº 378/93 de 5 de Novembro;
- Decreto-Lei nº 139/95 de 14 de Junho – Altera os art.º 1º, 2º, 4º a 7º, 9º, 11º e 12º do Decreto-Lei nº 378/93 de 5 de Novembro;
- Decreto-Lei nº 214/95 de 18 de Agosto – Estabelece as condições de utilização e comercialização de máquinas usadas visando eliminar riscos para a saúde e segurança das pessoas;

- Portaria nº 280/96 de 22 de Julho – Altera os anexos I, II, III, IV e V da Portaria nº 145/94 de 12 de Março;
- Decreto-Lei nº 374/98 de 24 de Novembro – Altera os art.º 4º, 6º e 8º do Decreto-Lei nº 378/93 de 5 de Novembro, com a redação dada pelo Decreto-Lei nº 139/95 de 14 de Junho;
- Portaria nº 172/2000 de 23 de Março – Definição de máquinas usadas que pela sua complexidade e características revistam especial perigosidade;
- Decreto-Lei nº 320/2001 de 12 de Dezembro – Estabelece as regras a que deve obedecer a colocação no mercado e a entrada em serviço das máquinas e dos componentes de segurança colocados no mercado isoladamente;
- Decreto-Lei nº 320/2002 de 28 de Dezembro – Estabelece as disposições aplicáveis à manutenção e inspeção de ascensores, monta-cargas, escadas mecânicas e tapetes rolantes;
- Decreto-Lei nº 50/2005 de 25 de Fevereiro – Transpõe para a ordem jurídica interna a Diretiva n.º 89/655/CEE, do Conselho, de 30 de Novembro, alterada pela Diretiva n.º 95/63/CE, do Conselho, de 5 de Dezembro, e pela Diretiva nº 2001/45/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 27 de Junho, relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde para a utilização pelos trabalhadores de equipamentos de trabalho;
- Portaria nº 58/2005 de 21 de Janeiro – Estabelece as normas relativas às condições de emissão dos certificados de aptidão profissional (CAP), relativos aos perfis funcionais de: Condutor-manobrador de equipamentos de movimentação de terras; Condutor-manobrador de equipamentos de elevação;
- Decreto -Lei nº 221/2006 de 8 de Novembro – estabelece as regras em matéria de emissões sonoras de equipamento para utilização no exterior, transpondo para a ordem jurídica interna a Diretiva n.º 2005/88/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 14 de Dezembro, que altera a Diretiva n.º 2000/14/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 8 de Maio, transposta para o direito interno pelo Decreto-Lei n.º 76/2002, de 26 de Março.

Movimentação Manual de Cargas

- Decreto-Lei nº 330/93 de 25 de Setembro - Transpõe para o direito interno a Diretiva nº 90/269/CEE, de 29 de Maio, relativa às prescrições mínimas de segurança e saúde na movimentação manual de cargas.

Sinalização de Segurança

- Decreto-Lei nº 141/95 de 14 de Junho – Transpõe para o direito interno a Diretiva nº 92/58/CEE, de 24 de Junho, relativa a prescrições mínimas para a sinalização de segurança e saúde no trabalho;
- Portaria nº 1456-A/95 de 11 de Dezembro – Regulamenta as prescrições mínimas de colocação e utilização da sinalização de segurança e saúde no trabalho;
- Decreto Regulamentar nº 22-A/98 de 1 de Outubro – Regulamento de Sinalização de Trânsito;
- Decreto Regulamentar nº 41/2002 de 20 de Agosto – Altera o Regulamento de Sinalização de Trânsito, aprovado pelo art.º 1 do Decreto Regulamentar nº 22-A/98 de 1 de Outubro;
- Decreto Regulamentar nº 13/2003 de 26 de Junho – Altera o Regulamento de Sinalização de Trânsito, aprovado pelo Decreto Regulamentar nº 22-A/98 de 1 de Outubro.

Ruído

- Decreto -Lei nº 182/2006 de 6 de Setembro - Relativo às prescrições mínimas de segurança e saúde em matéria de exposição de trabalhadores aos riscos devidos aos agentes físicos (ruído). Revoga o Decreto - Lei 72/92 de 28/4 e o Decreto Regulamentar 9/92 de 28/4;
- Decreto-Lei nº 9/2007 de 17 de Janeiro - Estabelece o regime de prevenção e controlo da poluição sonora, visando a salvaguarda da saúde humana e o bem-estar das populações. Aprova o Regulamento Geral do Ruído (RGR) e revoga regime legal da poluição sonora (RLPS);
- Decreto -Lei nº 278/2007 de 1 de Agosto - Alterações ao Decreto-Lei nº 9/2007 de 17 de Janeiro.

Vibrações

- Decreto-Lei nº 46/2006 de 24 de Fevereiro - Transpõe para a ordem jurídica nacional a Diretiva nº 2002/44/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de Junho, relativa às prescrições mínimas de proteção da saúde e segurança dos trabalhadores em caso de exposição aos riscos devidos a agentes físicos (vibrações).

Riscos Eléctricos

- Decreto-Lei nº 226/2005 de 28 de Dezembro - O estabelecimento e a exploração das instalações elétricas de utilização de energia elétrica de baixa tensão, bem como as instalações coletivas de edifícios e entradas, obedecem a regras técnicas específicas. As regras técnicas a observar nas instalações

elétricas são aprovadas pelo ministro que tutela a área da economia, sob proposta do Diretor-geral de Geologia e Energia, sendo regulamentadas por portaria;

- Portaria nº 949-A/2006 de 11 de Setembro - Estabelece as Regras Técnicas das Instalações Elétricas de Baixa Tensão. As Regras Técnicas definem um conjunto de normas de instalação e de segurança a observar nas instalações elétricas de utilização em baixa tensão.

Substâncias Perigosas

- Decreto-Lei nº 82/95 de 22 de Abril – Estabelece as regras a que devem obedecer, com vista à sua colocação no mercado, a notificação de substâncias químicas, a troca de informações relativas a substâncias notificadas e a avaliação dos respetivos riscos potenciais para a saúde humana, para o ambiente, bem como a classificação, embalagem e rotulagem das substâncias perigosas para a saúde humana ou para o ambiente;

- Portaria nº 732-A/96 de 11 de Dezembro – Este Regulamento tem como objeto estabelecer as regras a que devem obedecer a notificação de novas substâncias químicas e a classificação, embalagem e rotulagem de substâncias perigosas para o homem e o ambiente, quando colocadas no mercado;

- Decreto-Lei n.º 330 -A/98 de 2 de Novembro – Altera a Portaria nº 732 -A/96 de 11 de Dezembro. Transpõe para a ordem jurídica interna a Diretiva n.º 94/69/CE, da Comissão, de 19 de Dezembro, a Diretiva n.º 96/54/CE, da Comissão, de 30 de Julho, e a Diretiva n.º 96/56/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 3 de Setembro, que alteraram e adaptaram ao progresso técnico a Diretiva n.º 67/548/CEE, do Conselho, de 27 de Julho, relativa à aproximação das disposições legislativas, regulamentares e administrativas respeitantes à classificação, embalagem e rotulagem das substâncias perigosas.

Amianto

- Decreto-Lei nº 284/89 de 24 de Agosto, refogado pelo Decreto-lei n.º 266/2007, de 24 de Julho - Estabelece o regime de proteção da saúde dos trabalhadores contra os riscos que possam decorrer da exposição ao amianto nos locais de trabalho.

- Portaria nº 1057/89 de 7 de Dezembro - As entidades empregadoras devem notificar a Direção-Geral de Higiene e Segurança do Trabalho, adiante designada abreviadamente por DGHST, das atividades em cujo exercício os trabalhadores estejam ou possam estar expostos às poeiras de amianto ou de materiais que o contenham, incluindo as atividades previstas no n.º 1 do art.º 11 do Decreto- Lei n.º 284/89, de 24 de Agosto.

- Decreto-Lei nº 389/93 de 20 de Novembro - O presente diploma transpõe para a ordem jurídica interna a Diretiva n.º91/382/CEE, do Conselho, de 25 de Junho, que altera a Diretiva n.º 83/477/CEE, do Conselho, de 19 de Setembro, relativa à proteção sanitária dos trabalhadores expostos ao amianto durante o trabalho e define o regime de proteção da saúde dos trabalhadores contra os riscos que possam decorrer da exposição ao amianto nos locais de trabalho.

- Portaria n.º40/2014, de 17 de Fevereiro - estabelece as normas para a correta remoção dos materiais contendo amianto e para o acondicionamento, transporte e gestão dos respetivos resíduos de construção e demolição gerados, tendo em vista a proteção do ambiente e da saúde humana.

Normas e documentos de Harmonização – Andaimos

- HD 100 de Junho de 1988 do CEN - Andaimos de Trabalho compostos por elementos pré-fabricados. Matérias, dimensões; cargas de cálculo e requisitos de segurança.

- HD-1039 - Tubos de aço para andaimes

- EN-1004:2004 - Torres de acesso e torres de trabalho móveis construídas com elementos pré fabricados.

4.8. HORÁRIO DE TRABALHO

Sem prejuízo do estabelecido na legislação em vigor, antes do início dos trabalhos, a Entidade Executante deverá submeter à aprovação do CSO o Horário de Trabalho que pretende utilizar na empreitada, assim como o de todos os subempreiteiros já selecionados.

O Horário de Trabalho a vigorar na empreitada será submetido à aprovação do Fiscal da Obra, incluído no Anexo 6 do presente plano e afixado no estaleiro em local visível (vitrina de Obra).

Nos termos da legislação vigente, a Entidade Executante e os subempreiteiros deverão patentear no estaleiro, durante todo o período de execução da obra, em local bem visível (na vitrina da obra), o Horário de Trabalho em vigor, devidamente comunicado à ACT.

Em casos excecionais, e quando a tecnologia construtiva o exija, poderá ser autorizado o trabalho por turnos. A Entidade Executante deverá, antes de solicitar à ACT para laborar naquele regime, propor ao CSO, para validação e aprovação do documento onde deverá constar o período em que necessita daquele regime, a definição da organização e rotação dos turnos assim como o nome das pessoas que deverão garantir, em permanência, o enquadramento dos trabalhos. Caso o Plano de Emergência não cubra aquela situação, deverá a Entidade Executante propor, em conjunto com o citado acima, a sua adaptação a essa situação.

Após validação pelo CSO e aprovação pelas entidades competentes, a Entidade Executante solicitará, junto da ACT, autorização para laborar por turnos, comunicando o resultado do pedido ao CSO. Só após estas diligências, a Entidade Executante poderá adotar aquele modelo de organização do trabalho.

A Entidade Executante arquivará no Anexo 8, cópia de todos os horários de trabalho utilizados na empreitada, incluindo os comprovativos da sua entrega ou envio à ACT, mantendo sobre os mesmos os períodos de validade e os pedidos de realização de trabalho suplementar e respetivas autorizações devidamente assinadas pela Fiscalização.

Os encargos adicionais relativos à execução dos trabalhos fora do horário normal estabelecido nos respetivos contratos de trabalho serão da responsabilidade da Entidade Executante.

De acordo com o Art.º 180 da Lei nº 35/2004 de 29 de Julho, do mapa de horário de trabalho deve constar:

- a) Denominação do empregador;
- b) Atividade exercida;
- c) Sede e local de trabalho;
- d) Começo e termo do período de funcionamento da empresa;
- e) Dia de encerramento ou suspensão de laboração, salvo tratando-se de empregador isento dessa obrigatoriedade;
- f) Horas de início e termo dos períodos normais de trabalho, com indicação dos intervalos de descanso;
- g) Dia de descanso semanal e dia ou meio-dia de descanso semanal complementar, se este existir;
- h) Instrumento de regulamentação coletiva de trabalho aplicável, se o houver;
- i) Regime resultante de acordo individual que institui a adaptabilidade, se houver.

4.9. CONTROLO DE SUBCONTRATADOS

Conforme o nº 1 do Art.º 21 do Decreto-Lei nº 273/2003 de 29 de Outubro, *“1 - A entidade executante deve organizar um registo que inclua, em relação a cada subempreiteiro ou trabalhador independente por si contratado que trabalhe no estaleiro durante um prazo superior a vinte e quatro horas:*

- a) A identificação completa, residência ou sede e número fiscal de contribuinte;*
- b) O número do registo ou da autorização para o exercício da atividade de empreiteiro de obras públicas ou de industrial da construção civil, bem como de certificação exigida por lei para o exercício de outra atividade realizada no estaleiro;*
- c) A atividade a efetuar no estaleiro e a sua calendarização;*

- d) *A cópia do contrato em execução do qual conste que exerce atividade no estaleiro, quando for celebrado por escrito;*
- e) *O responsável do subempreiteiro no estaleiro.”*

A Entidade Executante deve organizar um registo que inclua, em relação aos seus trabalhadores e trabalhadores independentes por si contratados e que trabalhem no estaleiro.

Este registo deverá ser mantido permanentemente atualizado, podendo utilizar para o efeito o modelo S10. Estes registos deverão ser arquivados no Anexo 9 do presente PSS.

A Entidade Executante e os subempreiteiros devem conservar os registos referidos até um ano após o termo da atividade no estaleiro.

4.10. MEDICINA NO TRABALHO

A Entidade Executante tem de manter em Obra, as Fichas de Aptidão Médica, referentes aos trabalhadores em exercício, disponíveis para consulta. Deve facultá-los ao CSO, sempre que solicitados (esta ficha deve ser passada pelo Médico da Empresa, de acordo com a lei n.º 7/95 de 29 de Março e de acordo com o modelo da Portaria 299/2007 de 16 de Março).

4.11. SEGUROS DE ACIDENTES DE TRABALHOS E OUTROS

Nos termos do nº 2 do art.º 21 do Decreto-Lei nº 273/2003 de 29 de Outubro, “2 - Cada empregador deve organizar um registo que inclua, em relação aos seus trabalhadores e trabalhadores independentes por si contratados que trabalhem no estaleiro durante um prazo superior a vinte e quatro horas:

- a) *A identificação completa e a residência habitual;*
- b) *O número fiscal de contribuinte;*
- c) *O número de beneficiário da segurança social;*
- d) *A categoria profissional ou profissão;*
- e) *As datas do início e do termo previsível do trabalho no estaleiro;*
- f) *As apólices de seguros de acidentes de trabalho relativos a todos os trabalhadores respetivos que trabalhem no estaleiro e a trabalhadores independentes por si contratados, bem como os recibos correspondentes.”*

No desenvolvimento do plano de segurança e saúde, a entidade executante deverá incluir no Anexo 10 toda a informação que comprova que todos os trabalhadores presentes no estaleiro estão cobertos por seguro de acidentes de trabalho válido (modelo S11 devidamente preenchido incluindo cópias das apólices de seguros e comprovativos de pagamento ou validade, e caso se trate de apólice sem nomes,

também cópia das folhas de vencimento entregues à segurança social onde constam os nomes dos trabalhadores ao serviço nesta empreitada).

Este registo deverá ser arquivado e atualizado no Anexo 10.

4.12. SEGUROS DE RESPONSABILIDADE CIVIL

A Entidade Executante manterá atualizado e permanentemente consultável, fotocópia atualizada da Apólice de Seguro de Responsabilidade Civil. A Entidade Executante deverá comprometer-se ainda a garantir que todos os Empreiteiros Subcontratados apresentam fotocópia atualizada da Apólice de Seguro de Responsabilidade Civil, antes do início dos trabalhos.

5. CARACTERIZAÇÃO DA EMPREITADA

5.1. LOCALIZAÇÃO

A Escola Básica de 2º e 3º Ciclo Frei Estevão Martins encontra-se localizada na cidade de Alcobaça.

A portaria principal da escola encontra-se junto à Rua Judite Neves Vasco, porém também existe uma entrada na Rua Luís de Camões.

5.2. CARACTERÍSTICAS GERAIS

A Escola Básica de 2º e 3º Ciclo Frei Estevão Martins data da década de 80 do século passado. Tem assim aproximadamente 40 anos de utilização intensiva, sem que tenha sido alvo de qualquer intervenção digna desse nome. Com efeito ao longo dos tempos foram sendo resolvidos os problemas que foram surgindo, por vezes com soluções inadequadas.

Assim e em face da actual realidade da escola a Câmara Municipal decidiu fazer uma intervenção mais abrangente que para além de garantir a resolução do problema ambiental mais premente, que consiste na substituição das coberturas em fibrocimento, tivesse uma escala que permita melhorar substancialmente o conforto dos seus utilizadores, nomeadamente o conforto térmico.

As condições de luminosidade foram equacionadas de modo a proporcionar o máximo de exposição quer pela orientação geográfica, quer pela adopção de vidros amplos, sem que estes reduzam a visibilidade para o exterior. Garantindo, no entanto, o máximo de conforto térmico, através da utilização de soluções adaptadas para este local, com a aposta de vidro duplo capaz de aumentar o controle solar e/ou o isolamento térmico e de sistemas de sombreamento.

Serão aplicadas palas de sombreamento, solução aliada com o movimento natural do sol (diário e sazonal), permitindo obter o maior conforto no interior do edifício, equilibrando a quantidade de luz natural e os ganhos térmicos no verão/Inverno.

Todas as entradas para os vários blocos terão rampas que permitirão o acesso a pessoas com mobilidade condicionada.

A nível interior todas as instalações sanitárias existentes nos vários blocos serão intervencionadas, de forma, a garantir a sua total funcionalidade, através da substituição das louças sanitárias, da aplicação de novos revestimentos, da sua correcta iluminação e da criação de instalações sanitárias adaptadas a pessoas com mobilidade condicionada, sempre que possível. De referir a criação de uma nova instalação sanitária de apoio à sala de ensino estruturado, existente no Bloco B.

Todos os espaços serão pintados através dos esquemas de pintura indicados no projecto, assim como todas as portas serão devidamente reparadas, à excepção das que serão totalmente substituídas.

Na portaria principal, para além da substituição dos vãos, será também substituída a cobertura, adoptando uma solução com isolamento térmico e com sistema de caleiras necessárias para o correcto escoamento das águas pluviais. A portaria será ampliada, de forma, a incluir uma instalação sanitária destinada aos funcionários. Todo este espaço será pintado tanto a nível interior como exterior.

Os balneários não serão alvo de nenhuma intervenção mais profunda uma vez que são utilizados apenas como espaço para arrumos, passando a sua intervenção apenas pela pintura das paredes interiores e exteriores consoante os esquemas de pintura indicados. Assim como a portaria secundária apenas será pintada a nível interior e exterior.

5.3. CRONOGRAMA DE TRABALHO

É da responsabilidade da Entidade Executante a elaboração do Cronograma de Trabalhos, de acordo com o Decreto de lei nº 273/2003 de 29 de Outubro.

A apresentação do cronograma de trabalhos tem a finalidade de:

- Detetar os períodos de maior incidência de trabalhos, uma vez que estes correspondem em geral maiores riscos e maior probabilidade de ocorrência de doenças profissionais;
- Evitar que sejam realizados simultaneamente trabalhos que se consideram incompatíveis ou que a sua execução em paralelo seja geradora de riscos acrescidos;
- Fazer cumprir o cronograma financeiro (que lhe está directamente ligado);
- Detetar as situações críticas no desenvolvimento do conjunto de trabalhos de onde provêm riscos que devem ser evitados ou minimizados.

Os acessos e as frentes de trabalho estar sempre isoladas com barreiras físicas eficazes com um perímetro de segurança, de modo a que as pessoas exteriores à obra nunca sejam colocadas em risco nem interfiram com os trabalhos, ou seja os trabalhos e trabalhadores da obra deverão encontrar-se devidamente delimitados e isolados dos utentes da escola.

Sempre que se considere justificável para a segurança de todos o Plano de Trabalhos deverá ser alterado. Assim como, poderão ser elaborados planos parciais que extraídos do plano de trabalho geral, permitam uma pormenorização mais adequada para a sua realização, identificação e prevenção de riscos.

A Entidade Executante arquivará no Anexo 12 todos os planos de trabalhos aprovados (incluindo os parciais).

5.4. PLANO E CRONOGRAMA DE MÃO-DE-OBRA

Conjuntamente com o Plano de Trabalhos, a Entidade Executante deverá apresentar o plano de mão-de-obra. Este documento deve mencionar os valores previstos das cargas de mão-de-obra expressa em pessoas (Plano de Mão de Obra) x hora (cronograma de mão de obra), assim como os correspondentes valores acumulados.

A análise do referido plano permitirá ajustar as condições de segurança e saúde ao número de trabalhadores em obra.

Os períodos a que correspondam maiores afetações de mão-de-obra devem ser objeto de análise e de um maior controlo de forma a garantir condições adequadas de segurança no trabalho.

A Entidade Executante entregará mensalmente os valores reais de carga de mão -de-obra (Homens X hora por semana) que serão incluídos no Anexo 13 e permitirão calcular os índices de sinistralidade.

Registar no Anexo 13 onde se encontram arquivados todos os cronogramas de mão-de-obra aprovados.

5.5. CRONOGRAMA DE EQUIPAMENTOS

Com base no Plano de Trabalhos, a Entidade Executante deverá apresentar um Plano de utilização de máquinas e equipamentos ao longo do período de execução da obra (a incluir no Anexo 14), contendo a sua discriminação, repartição por frentes de trabalho e indicação de rendimentos a obter, por cada frente, em cada unidade de tempo, com base em rendimentos médios dessas máquinas e equipamentos.

Todos os equipamentos (incluindo máquinas ferramentas ou máquinas portáteis) que estiverem no Estaleiro deverão obedecer à Diretiva Máquinas (98 / 37 / CE) e serem portadores dos Manuais de Manutenção e de Utilização. Devem igualmente ser portadoras de documento passado pelos serviços de manutenção da empresa ou do representante da marca de que a mesma se encontra em perfeitas condições de manutenção.

No cronograma de equipamento deve vir explícito a identificação dos mesmos, para que a Fiscalização facilmente os identifique, nomeadamente:

- 1) Marca;

- 2) Nome e endereço do fabricante;
- 3) N° de série ou do modelo;
- 4) Ano de fabrico;
- 5) Potência nominal em KW;

As máquinas usadas devem obedecer ao Decreto-Lei nº 214/95, de 18 Agosto e ao Decreto-Lei nº 50/2005, de 25 Fevereiro.

5.6. TRABALHOS COM RISCOS ESPECIAIS

De acordo com a alínea e) do art.º 6 e anexo I do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro, na fase de projeto deverão ser identificados os riscos especiais gerados no ato da execução da Escola, sem interferências provenientes dos processos ou métodos construtivos que possam ser opção da Entidade Executante. São considerados riscos, especiais os enumerados no art.º 7 do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro.

No âmbito desta empreitada, a Entidade Executante deverá elaborar, em relação a cada trabalho com risco especial, um documento, designado por Plano de Trabalhos com Riscos Especiais (PTRE), para a sua caracterização, avaliação, organização e controlo. A identificação dos trabalhos, os riscos e as medidas enunciadas não devem ser encarados como atributos para o controlo do risco, mas sim como um guia indicativo para o desenvolvimento e especificação do PSS.

Durante a fase de desenvolvimento e especificação do PSS, a Entidade Executante deverá proceder à reanálise do risco dos trabalhos envolvidos, devendo preconizar, sempre que necessário, a preparação para cada um desses trabalhos, planos de monitorização e prevenção os quais deverão ter em conta o processo construtivo e métodos de trabalho que venham a ser utilizados.

Os PTRE's, depois de validados e aprovados, serão arquivados no Anexo 15 do PSS, pelo CSO. Os procedimentos de Monitorização e Prevenção, assim como os Registos de Monitorização e Prevenção, depois de aprovados, serão arquivados no Anexo 15 do PSS, pelo CSO.

5.7. MÉTODOS E PROCESSOS CONSTRUTIVOS

A Entidade Executante, antes da realização de qualquer trabalho, identificará quais os métodos e processos construtivos que vai utilizar, os riscos associados e as medidas preventivas que prevê implementar.

Quando os métodos e processos construtivos a utilizar não sejam os tradicionais ou apresentem níveis de complexidade não habitual, a Entidade Executante deverá especificar para cada atividade o seu

modo operativo, isto é o modo como é realizada. Este procedimento pretende servir de base à identificação de riscos envolvidos na execução de determinada atividade e à definição das medidas preventivas a implementar.

6. PREVENÇÃO DO RISCOS

6.1. PROJETO DO ESTALEIRO

Para efeitos do presente plano de segurança e saúde e em conformidade com o art.º 3 do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro, entende-se por estaleiros, os locais onde se efetuam trabalhos de construção desta empreitada, bem como os locais onde, durante a obra, se desenvolvem atividades de apoio directo aos mesmos.

As ações para a prevenção de riscos na presente empreitada consistem num conjunto de projetos, planos e procedimentos relativos à segurança e saúde.

O projeto do estaleiro deve ter em conta:

- O regulamento das Instalações Provisórias do Pessoal Empregado nas Obras (R.I.P.P.E.O.);
- As prescrições mínimas de segurança e de saúde nos locais e postos de trabalho dos estaleiros temporários ou móveis (Portaria nº 101/96, de 3 de Abril);
- O Regulamento de Sinalização de Trânsito (Decreto Regulamentar nº 13/2003, de 26 de Junho);
- Prescrições mínimas de colocação e utilização da sinalização de segurança e saúde no trabalho (Portaria nº 1456-A/95, de 11 de Dezembro).

Aspetos a observarem na gestão e organização do estaleiro:

6.1.1. DELIMITAÇÃO

Pretende-se que toda a zona designada por estaleiro esteja suficientemente demarcada e delimitada, de forma a evitar o acesso de pessoas não autorizadas e a diminuir o impacto que obras deste género sempre criam na envolvente próxima. Deste modo, e para estaleiros fixos, preconiza-se a execução de vedação da zona do estaleiro, através de painéis opacos de pelo menos 2 metros de altura, suportados em prumos metálicos, que lhe deverão dar a estabilidade e rigidez suficientes. Esta vedação deverá ainda ser reforçada nos pontos onde haja o risco de choque de veículos contra a mesma.

As vedações deverão satisfazer eventuais regulamentos municipais aplicáveis e deverá ser prevista sinalização adequada.

6.1.2. ESCRITÓRIO

A sua localização no estaleiro deve ser de preferência numa posição tal que seja visível a entrada do estaleiro. A iluminação deve ser natural e artificial.

6.1.3. INSTALAÇÕES DE VESTIÁRIO

Segundo o art.º 23 da Portaria 101/96 de 3 de Abril:

“Se for necessário utilizar vestuário especial de trabalho, deve haver vestiários apropriados para o efeito, separados por sexos ou com utilização separada dos mesmos, se razões de saúde ou de decoro não aconselharem a mudança de roupa noutra local.

Os vestiários referidos no número anterior devem ser de fácil acesso, possuir dimensões suficientes tendo em vista o número previsível de utilizadores em simultâneo, ser dotados de assentos e, caso seja necessário, permitir a secagem de roupas.

Os trabalhadores devem dispor de armários individuais, com chave, para guardar roupas e objetos de uso pessoal.

Caso as circunstâncias o exijam, designadamente se os trabalhadores tiverem contato com substâncias perigosas, atmosferas excessivamente húmidas ou sujidades, o vestuário de trabalho deve ser guardado em local diferente do utilizado para objetos e vestuário de uso pessoal.”

Este aspecto deverá ser analisado consoante as necessidades e dimensão da obra em questão, de modo adequar as exigências legais com as necessidades identificadas.

6.1.4. INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

Segundo o art.º 24 da Portaria 101/96 de 3 de Abril:

“Quando o tipo de atividade ou as condições de salubridade o exigirem, os trabalhadores devem dispor, nos vestiários ou comunicando facilmente com estes, de cabinas equipadas com chuveiros de água quente e fria em número suficiente, com dimensões adequadas e possibilidade de utilização separada por sexos.

Quando não forem necessários chuveiros nos termos do número anterior, deve haver lavatórios suficientes, tendo em vista o número previsível de utilizadores em simultâneo, localizados na proximidade dos postos de trabalho e comunicando facilmente com os vestiários, se estes existirem, com utilização separada por sexos e dotados de água corrente, quente e fria se necessário.

Deve haver retretes, urinóis, se necessário, e lavatórios na proximidade dos postos de trabalho, dos locais de descanso, dos vestiários e das cabinas de banho, separados por sexos ou com utilização

separada dos mesmos, em instalações independentes e em número suficiente, não inferior a um por cada 25 trabalhadores.”

Este aspecto deverá ser analisado consoante as necessidades e dimensão da obra em questão, de modo adequar as exigências legais com as necessidades identificadas.

6.1.5. LOCAIS DE DESCANSO

Segundo o art.º 25 da Portaria 101/96 de 3 de Abril:

“Quando a segurança e a saúde dos trabalhadores o exigirem, nomeadamente devido ao tipo de atividade e ao isolamento do estaleiro, deve existir um local de descanso com acesso fácil, dimensões suficientes e dispondo de mesas e assentos com espaldar compatíveis com o número potencial de utilizadores, ou outras instalações que possam desempenhar as mesmas funções.

Se forem necessários alojamentos provisórios, estes devem ser separados por sexos, ter camas, armários, mesas e cadeiras de espaldar em número suficiente para os utilizadores, bem como instalações sanitárias, uma sala de refeições e outra de estar.

Os locais de descanso e alojamento devem ter uma zona isolada, destinada a fumadores.”

Este aspecto deverá ser analisado consoante as necessidades e dimensão da obra em questão, de modo adequar as exigências legais com as necessidades identificadas.

6.1.6. ARMAZÉNS E FERRAMENTARIA

Prever armazéns para guardar os materiais que não podem ou não devem permanecer ao ar livre. Deverá, igualmente, ser prevista uma zona destinada a armazenar todas as ferramentas e equipamentos de pequena dimensão utilizados diariamente.

Os materiais perigosos deverão ser armazenados em zona específica devidamente identificada, separados dos restantes.

6.1.7. PARQUE DE MATÉRIAS

Definir áreas para armazenamento de materiais ao ar livre. Ter em conta a sua arrumação e altura de empilhamento. Prever o acesso para a movimentação dos materiais.

6.1.8. PARQUE DE EQUIPAMENTOS MÓVEIS

No Estaleiro deverá, sempre que necessário, ser prevista área de parque de equipamentos móveis destinada a estacionamento de equipamentos de apoio sempre que não estejam a ser utilizados.

6.1.9. RECOLHA E EVACUAÇÃO DOS RESÍDUOS

A Entidade Executante deverá implementar um sistema de recolha e evacuação de resíduos, capaz de garantir a permanente limpeza dos locais de trabalho e o asseio das zonas sociais. Para tal, e no que diz respeito às limpezas da frente de trabalho e retirada de entulhos, deverão ser definidas zonas de armazenagem provisórias, contentorizadas, onde deverão ser depositados diariamente os resíduos.

A Entidade Executante assegurará, ainda, a separação dos resíduos que possuem riscos associados ou que, pela sua natureza ou estado, devam ser encaminhados a destino final, conforme legislação aplicável. Caso existam em obra detritos deste género, a Entidade Executante deverá garantir por escrito, antes da primeira retirada, que o destino final cumpre as regras ambientais impostas pela legislação aplicável.

No que se refere aos lixos orgânicos, estes deverão ser depositados em contentores providos de sistema de fecho e removidos periodicamente para fora do estaleiro. A recolha deverá ser afetuada pelas entidades competentes para o efeito, pelo que cabe à Entidade Executante munir-se de contentores adaptados ao sistema de recolha e transportar os mesmos até à zona exterior do estaleiro, definida pelos serviços respetivos.

A retirada de qualquer tipo de resíduos do estaleiro (sólido ou líquidos), só poderá ser afetuada com a respetiva guia de acompanhamento de resíduos.

6.2. IDENTIFICAÇÃO E CONTROLO DE SAÚDE DOS TRABALHADORES

6.2.1. IDENTIFICAÇÃO DOS TRABALHADORES

A Entidade Executante deverá identificar todos os trabalhadores ao serviço da empreitada, incluindo subcontratados.

Todos os trabalhadores antes de iniciarem funções deverão preencher uma ficha de identificação individual, incluindo toda a informação referida no nº 2 do art.º 21 do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro.

Em relação aos trabalhadores estrangeiros, a Entidade Executante deverá assegurar-se que possuem vistos de trabalho e autorização de residência ou permanência, identificando e registando também o idioma que falam e/ou escrevem.

A Entidade Executante deverá fornecer a cada trabalhador, um cartão de identificação contendo as seguintes informações:

- 1) Fotografia do trabalhador;
- 2) Designação da empreitada;
- 3) Nome do trabalhador;
- 4) Profissão;
- 5) Contatos relevantes (telemóvel/Telefone);
- 6) Empregador;
- 7) Número da apólice de seguro de acidente de trabalho;
- 8) EPI de uso permanente.

6.3. APTIDÃO FÍSICA E PSÍQUICA DOS TRABALHADORES

É obrigação da Entidade Executante assegurar que cada trabalhador possui aptidão física e psíquica para o exercício das suas funções.

Assim, a Entidade Executante deve assegurar a vigilância da saúde dos trabalhadores em função dos riscos a que se encontram sujeitos, efetuando no mínimo o definido no art.º 245 da Lei nº 35/2004 de 29 de Julho.

Deverá ser utilizado, para efeitos de controlo o modelo S16, incluído no Anexo 1, sendo o mesmo arquivado no Anexo 17. Todos os dados mencionados no modelo referido anteriormente deverão estar de acordo com o preenchimento da ficha de aptidão devidamente assinada pelo médico.

6.4. PLANO DE GESTÃO DA ENTIDADE EXECUTANTE

A Entidade Executante está, contratualmente, responsável pela implementação do Estaleiro, é responsável pela gestão e organização do mesmo, sendo as outras entidades executantes obrigadas a respeitar as regras estabelecidas, nomeadamente no que diz respeito a sinalização, circulação do estaleiro, controlo de acessos e sistema de emergência.

Caso as atividades de outras entidades executantes se desenvolvam num estaleiro dentro do próprio estaleiro principal, estas terão de compatibilizar a planificação da gestão do seu estaleiro em conformidade com o já definido pela entidade executante principal.

6.5. PLANO DE ESTALEIRO

A Entidade Executante deverá assegurar que todos os equipamentos existentes no estaleiro, incluindo acessórios não ligados ao equipamento encontram-se em bom estado de funcionamento. Para tal poderá ser utilizado o modelo S12 do Anexo 1 para o efeito, na utilização deste modelo deverá ter-se em conta a legislação específica aplicável.

A Entidade Executante deverá designar o responsável pelo Controlo Geral dos Equipamentos de Estaleiro (pessoa com categoria profissional equivalente ou superior a encarregado), ao qual cabe assegurar a realização do controlo geral que terá de incidir sobre todos os equipamentos que podem apresentar riscos para os trabalhadores.

É responsabilidade da Entidade Executante:

- Incentivar os operadores dos equipamentos a zelarem pelo bom funcionamento dos equipamentos que operam e a comunicarem toda e qualquer anomalia que detetem;
- Proceder ao controlo de todos os equipamentos de estaleiro (próprios e dos seus subempreiteiros) com a periodicidade estabelecida;
- Efetuar prontamente as correções das anomalias detetadas, caso contrário, deverá tomar medidas necessárias para evitar de imediato a utilização desse equipamento, através da sua imobilização, remoção do local ou colocação de uma inscrição a vermelho com indicação de “avariado”.
- É responsabilidade da Fiscalização assegurar que a Entidade Executante procede ao Controlo Geral dos Equipamentos de Estaleiro com a periodicidade estabelecida.

A Entidade Executante entregará, quinzenalmente, ao CSO, cópias do Registo do Controlo Geral dos Equipamentos de Estaleiro, que as arquivará no Anexo 20 do PSS.

6.6. PLANO DE ACESSO, CIRCULAÇÃO E SINALIZAÇÃO

Segundo o nº 3 do Anexo I do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro, deverão ser adoptadas medidas de modo a garantir condições de acesso, deslocação e circulação necessárias à segurança de todos os trabalhadores, incluindo eventuais visitantes.

O Plano de Acesso, Circulação e Sinalização deverá ser estabelecido, tendo em conta o Decreto-Lei n.º 141/95, de 14 Junho, relativo às prescrições mínimas para a sinalização de segurança e saúde no trabalho. A sinalização deverá ser a prevista na Portaria 1456-A /95, de 11 Dezembro.

O Plano de Acesso, Circulação e Sinalização deverá considerar os seguintes aspetos:

- Identificar todos os acessos ao Estaleiro (viaturas e pessoas);
- Tomar as medidas necessárias para que o acesso ao Estaleiro seja reservado a pessoas autorizadas. Não deve ser permitido em caso algum o atravessamento do Estaleiro por pessoas estranhas à obra;
- Prever a colocação dos dispositivos necessários para garantir a segurança na entrada e saída de viaturas no Estaleiro;
- Na definição dos caminhos de circulação deve ser considerada a movimentação de todos os materiais e equipamentos utilizados na obra;

Os caminhos de circulação de veículos pesados devem, antes de utilizados, ser regularizados e compactados de forma a possuírem a capacidade portante necessária, sem que apresentem deformações excessivas;

Todas as entradas no Estaleiro têm que ser sinalizadas proibindo a entrada a pessoas estranhas à obra e indicação do Equipamento de Proteção Individual de utilização obrigatória dentro do Estaleiro (colete refletor, capacete e botas com palmilha e biqueira de aço);

No Estaleiro a delimitação das zonas de circulação pedonal deverá ser feita, sempre que possível e necessário, através de redes de polietileno cor laranja com 0.90 m – 1.20 m de altura. A utilização das correntemente designadas “fitas de trânsito” ou “fitas com barras branca e vermelha” só devem ser aplicadas quando expressamente autorizados pela Fiscalização;

Os caminhos pedonais externos devem ser identificados, protegidos e sinalizados de forma a proporcionar adequadas condições de segurança;

A rede de caminhos fundamentais da obra deverá estar bem sinalizada, através de sinais convencionais fotoluminescentes.

A sinalização do Estaleiro deverá identificar:

- Obrigação de uso de EPI's;
- Proibição de entrada a pessoas não autorizadas;
- Sentido de circulação de pessoas;
- Localização das instalações do estaleiro fixo;
- Proibição de aproximação a zonas perigosas;
- Advertência de perigos vários;
- Sinalização de extintores;
- Sinais de aviso;

- Sinais de obrigação;
- Sinais Luminosos;
- Sinais Acústicos;
- Sinais Gestuais;
- A indicação das saídas de emergência;
- Outros meios de extinção de incêndios, se existirem.

A Entidade Executante deverá manter toda a sinalização, substituir os sinais danificados e zelar pela correta posição dos mesmos ao longo de toda a empreitada.

Os sinais de aviso devem possuir as seguintes características intrínsecas:

<u>Forma Triangular – Pictograma negro sobre fundo amarelo</u>		
		
Perigo de Eletrocussão	Queda ao mesmo Nível	Veículos de Movimentação de Cargas
		
Substancias Nocivas e Irritantes	Queda com Desnível	Perigos Vários

~

Os sinais de perigo devem possuir as seguintes características intrínsecas:

<u>Forma Circular – Pictograma negro sobre fundo branco, margem, e faixa vermelha</u>		
		
Não Tocar	Proibida Passagem a Peões	Proibido Fumar ou Fogear
		
Proibida a entrada a pessoas não autorizadas	Água não Potável	

Os sinais de obrigação devem possuir as seguintes características intrínsecas:

<u>Forma Circular – Pictograma branco sobre fundo azul</u>		
		
Proteção Obrigatória dos Ouvidos	Proteção Obrigatória das Vias respiratórias	Proteção Obrigatória da Cabeça
		
Passagem Obrigatória a Peões	Proteção Obrigatória do Copro	Proteção Obrigatória dos Olhos
		
Proteção Obrigatória das Mãos		

Os sinais de salvamento/emergência devem possuir as seguintes características intrínsecas:

<u>Forma Rectangular/Quadrada – Pictograma branco sobre fundo verde</u>		
		
Duche de Segurança	Via/Saída de Emergência	Primeiros Socorros
		
Maca	Informações da Direção de uma Saída de Emergência	Lavagem dos Olhos

Os sinais de incêndio devem possuir as seguintes características intrínsecas:

<u>Forma Quadrada – Pictograma branco sobre fundo vermelho</u>		
		
Carretel	Escadas	Telefone de Emergência
		
Extintor		

A sinalização de zonas públicas terá que ser submetida à apreciação prévia da Fiscalização e à aprovação das entidades competentes, se aplicável.

A Entidade Executante arquivará no Anexo 18, cópias de todos os elementos que constituem o Plano de Acesso, Circulação e Sinalização.

6.7. PLANO DE SINALIZAÇÃO TEMPORÁRIA NA VIA PÚBLICA

Sempre que se verifique a necessidade de efetuar desvios de trânsito, a Entidade Executante deve apresentar o plano de sinalização temporária para o desvio em causa, para aprovação por parte da Fiscalização / Coordenação de Segurança em Obra. O plano de Sinalização Temporária deve ser elaborado tendo em conta as condicionantes do local, previsto no Decreto -Regulamentar n.º 22-A/98, de 10 de Outubro, com as alterações introduzidas pelo DR n.º 41/2002 e no Manual de Sinalização Temporária da IEP (com as devidas atualizações).

Os Planos de Sinalização Temporária e Ocupação da Via Pública devem definir objetivamente todos os aspetos relevantes relativos à situação a que respeitam, nomeadamente:

- Os locais em causa, as vias rodoviárias contíguas e os caminhos pedonais;
- As faixas de circulação de viaturas e caminhos pedonais;
- A sinalização vertical a montar e seu posicionamento;
- A sinalização horizontal;
- Os dispositivos complementares de segurança, como por exemplo barreiras de segurança, bandas sonoras, iluminação artificial, etc..

As restrições à circulação e a utilização de sinalização temporária devem acontecer nos períodos necessários, devendo estes durar o menor tempo possível. Os caminhos/estradas a utilizar devem ser previamente analisados para que se garanta que os mesmos possuam características geométricas e de estabilidade adequadas à utilização prevista, nomeadamente quando se trate de transportes pesados e/ou de grandes dimensões.

A colocação de sinalização deverá respeitar o Plano de Sinalização Temporária e Ocupação da Via Pública.

Deverão ser colocados painéis de aviso aos condutores de “trânsito sujeito a demora” imediatamente antes das intersecções que permitem itinerário alternativo. Os sinais não deverão ocupar nenhuma parcela das vias de circulação abertas ao tráfego.

Independentemente da existência de iluminação pública, a instalação de dispositivos luminosos intermitentes de cor amarela é obrigatória durante a noite e de dia sempre que a visibilidade for insuficiente. A fonte de energia utilizada pela sinalização luminosa deve ser autónoma da rede de iluminação pública. Este tipo de dispositivos é colocado obrigatoriamente nos vértices superiores do primeiro sinal da pré-sinalização e no primeiro sinal da sinalização avançada. A sinalização de posição é

complementada com lanternas de disparo sequencial no intuito de demarcar a linha contínua exterior de um desvio de circulação.

A execução da empreitada de sinalização provisória deve respeitar as seguintes fases:

- 1) Montar a sinalização pela seguinte ordem: pré-sinalização, sinalização avançada, sinalização intermédia (sinalização de aproximação), garantindo a coerência entre a sinalização temporária e a sinalização permanente;
- 2) Com o apoio de um veículo de apoio com painel, seta ou atrelado de balizamento, montar a sinalização de acordo com o projeto de sinalização provisória;
- 3) Delimitar o espaço encerrado ao tráfego com perfis móveis de plástico (PMP) ou perfis móveis de betão (PMB);
- 4) Desmontar a sinalização por ordem inversa.

Os trabalhadores deverão utilizar vestuário de alta visibilidade, em cumprimento com a EN 471 e legislação em vigor.

Após aprovação por parte da CSO, a Entidade Executante arquivará no Anexo 19, cópias de todos os elementos que constituem o Plano de Sinalização Temporária na Via Pública.

6.8. CONTROLO DE RECEÇÃO DE MATÉRIAS E EQUIPAMENTOS

Os materiais ou equipamentos com riscos envolvidos no manuseamento e/ou transporte deverão ser objeto de acompanhamento através da elaboração de um registo de controlo de receção na entrada no estaleiro, utilizando para o efeito o modelo S13 incluído no Anexo 1.

A Entidade Executante deverá apresentar à Fiscalização/CSO uma lista de materiais e equipamentos que serão objeto deste controlo. Esta lista deverá ser verificada e validada pela Fiscalização/CSO.

6.9. PLANO DE ARMAZENAMENTO, TRANSPORTE E MOVIMENTAÇÃO DE CARGAS E MATÉRIAS

A Entidade Executante deverá elaborar e submeter à aprovação da Fiscalização / CSO, antes do início dos trabalhos da empreitada o(s) Plano(s) de Armazenamento, Transporte e Movimentação de Cargas e Materiais. O Plano de Armazenamento, Transporte e Movimentação de Cargas e Materiais deverá incluir todos os critérios necessários para garantir a execução dos respetivos trabalhos em segurança, nomeadamente:

- Identificação dos trabalhos a realizar;

- Identificação do faseamento de execução;
- Identificação dos meios humanos e equipamentos a utilizar e respetivas características técnicas;
- Identificação dos riscos associados a cada atividade e a definição das medidas preventivas necessárias para sua prevenção, incluindo as medidas de proteção individual e coletiva.

A Entidade de Execução deverá Incluir no Anexo 38 cópia do Plano de Armazenamento, Transporte e Movimentação de Cargas e Materiais.

6.10. PLANO DE GESTÃO DAS DESCARGAS E RESÍDUOS DA OBRA

Antes de iniciar as demolições e/ou as escavações e para evitar todos os riscos de poluição accidental, a Entidade Executante deve elaborar e submeter à apreciação da Fiscalização, o Plano de Gestão das Descargas e Resíduos na Obra, indicando entre outros:

- Tipos de resíduos previstos, modo de recolha e armazenamento e método e local de eliminação;
- Sistema de tratamento previsto para as águas sanitárias (e industrial, se existir) no estaleiro;
- Definição das medidas e ações preventivas para evitar a poluição accidental do solo;
- Definição da infra-estrutura sanitária prevista e sua organização.

A Entidade Executante durante o desenvolvimento das atividades na obra, deverá cumprir a regulamentação, as normas e demais requisitos legais e contratuais relativos à defesa do ambiente.

Incluir no Anexo 36 cópia do Plano de Gestão das descargas e resíduos na obra.

6.11. PLANO DE MONITORIZAÇÃO E PREVENÇÃO

O Plano de monitorização e prevenção visa estabelecer medidas de prevenção associadas aos riscos identificados a cada atividade de construção. Para tal, deverá ser utilizado o modelo S14, incluído no Anexo 1, e como auxiliar as fichas de prevenção apresentadas no Anexo II.

Os registos de monitorização e prevenção serão arquivados no Anexo 23.

6.12. PLANO DE REGISTO DE ACIDENTES E ÍNDICES DE SINISTRALIDADE LABORAL

É competência da Entidade Executante registar os acidentes de trabalho (leve, grave ou mortal). Sem prejuízo de outras comunicações estabelecidas legalmente, a Entidade Executante é responsável por

comunicar por escrito ao Coordenador de Segurança em Obra e à Fiscalização todos os acidentes ocorridos, atendendo às seguintes regras:

A comunicação ao Coordenador de Segurança em Obra e à Fiscalização, deverá ser feita no prazo máximo de 24 horas após o acidente ou imediatamente caso se trate de um acidente grave ou mortal, de acordo com o disposto no nº 1 do art.º 24 do Decreto-Lei nº 273/2003, de 29 de Outubro. Neste último caso, deverá ainda a Entidade Executante garantir a comunicação à ACT pelo Empregador, ou substituir-se a este, num prazo máximo de 24 horas. A Entidade Executante e o Empregador deverão ainda, assegurar a suspensão de quaisquer trabalhos sob sua responsabilidade que sejam suscetíveis de destruir ou alterar os vestígios do acidente, sem prejuízo de assistência às vítimas. Deverão ainda, de imediato e até à recolha dos elementos necessários para a realização do inquérito, impedir o acesso de pessoas, máquinas e materiais ao local do acidente, com exceção dos meios de socorro e assistência às vítimas.

As comunicações de acidentes são feitas pelo envio de cópia do Registo de Acidente de Trabalho de acordo com o Modelo S21, incluído no Anexo 1 do PSS, o qual deve conter todos os dados disponíveis à data do acidente e arquivado no Anexo 24.

No prazo máximo de cinco dias após a data do acidente, a Entidade Executante terá que enviar ao Coordenador de Segurança em Obra e à Fiscalização o Relatório de Investigação do Acidente. Esse relatório deve conter, no mínimo, as causas previsíveis do acidente e as medidas de prevenção implementadas, destinadas a evitar a recorrência de acidentes do mesmo tipo.

Na situação do trabalhador acidentado permanecer de baixa por um longo período, a Entidade Executante enviará ao Coordenador de Segurança em Obra e à Fiscalização, no final de cada mês, a evolução do estado de saúde do acidentado e previsão do seu regresso ao trabalho.

A ocorrência de quaisquer Incidentes, situações das quais não resultaram de lesões corporal mas com elevado potencial de resultar em acidente grave, deverá ser comunicadas à Fiscalização/CSO no prazo de um dia após ao acontecimento, acompanhado de um relato de ocorrência e respetivas medidas de controlo para evitar a sua recorrência.

A Entidade Executante deverá registar todos os dados necessários para realçar os principais Indicadores de Sinistralidade Laboral, utilizando para o efeito o modelo S18 e modelo S19 incluído no Anexo1 ou outro contendo no mínimo a seguinte informação:

Índice de Incidência (II) - Número de acidentes ocorridos num dado período por cada mil trabalhadores expostos a risco no mesmo período.

$$II = \frac{n^{\circ} \text{ acidentes} \times 1000}{n^{\circ} \text{ trabalhadores}}$$

Índice de Frequência (IF) - Número de acidentes ocorridos num dado período em cada milhão de Homens x hora trabalhadas no mesmo período, traduzindo a possibilidade de ocorrência de acidentes.

$$IF = \frac{n^{\circ} \text{ acidentes} \times 1000000}{n^{\circ} \text{ de homens} \times \text{horas trabalho}}$$

Índice de Gravidade (IG) - Número de dias de trabalho perdidos pelo conjunto de trabalhadores acidentados num dado período em cada mil homens por hora trabalhadas nesse mesmo período, traduzindo as consequências dos acidentes.

$$IG = \frac{(DP + AM \times 7500) \times 1000}{n^{\circ} \text{ de homens} \times \text{horas trabalho}}$$

DP – nº de Dias Perdidos

AM – nº de Acidentes Mortais

Índice de Duração (ID) - O índice de duração dos acidentes de trabalho é o número médio de dias de trabalho (sem penalização estatística) perdidos por cada acidente, realçando a gravidade dos acidentes ocorridos.

$$ID = \frac{n^{\circ} \text{ dias perdidos}}{n^{\circ} \text{ acidentes}}$$

6.13. PLANO DE VISITANTES

O empreiteiro deve apresentar um plano de visitantes à empreitada que englobe os seguintes aspetos:

- Nº máximo de visitantes por grupo;
- Fornecimento de cartão de visitante;
- Apresentação breve sobre as características da obra, nas instalações técnico administrativas do Empreiteiro;
- Técnico encarregue da apresentação;
- Fornecimento de elementos escritos, desenhados, fotográficos sobre a obra aos visitantes;
- Locais a visitarem na obra;
- Itinerário a percorrer pelos visitantes EPI a fornecer aos visitantes;

- Técnico que acompanha os visitantes para esclarecimentos meios de deslocação;
- Duração prevista para a visita;
- Relatório sumário sobre a forma como decorreu a visita;

Dados os riscos inerentes ao estaleiro, são interditas as visitas a menores de dezasseis anos.

As visitas ao estaleiro carecem, sempre, de autorização prévia do Dono da Obra. O pedido de autorização da visita deverá ser feito por escrito ao Dono da Obra, com uma antecedência mínima de 48 horas, indicando o intuito da visita, a data de realização da mesma, os nomes e as idades dos visitantes.

A visita deverá ser do conhecimento da Fiscalização e da Entidade Executante, a qual deverá assegurar que os visitantes:

- São acompanhados por pessoa conhecedora do estaleiro;
- Utilizam o equipamento de proteção individual obrigatório, incluindo capacete de proteção contendo na frente a inscrição “Visitante”;
- Foram elucidados sobre os caminhos que devem utilizar e zonas de perigo.

A Entidade Executante preparará todos os documentos necessários à realização da visita, incluindo o registo de visitantes, e deles fará entrega ao Coordenador de Segurança em Obra, que os arquivará no Anexo 26 do PSS.

6.14. PLANO DE EMERGÊNCIAS

O plano de emergência para o estaleiro fixo deve obedecer ao preceituado na legislação em vigor e ser o mais completo possível devendo contemplar:

- Localização de extintores (de acordo com a NP 3064 de 1988) ou outros meios de extinção de incêndios. Para situações onde existam edifícios com elevada carga térmica são exigidas bocas-de-incêndio com carretéis, localizados em função desses edifícios;
- Localização de posto de socorros ou localização de caixas de socorros;
- Definição do equipamento médico e dos fármacos que abastecerão o posto de socorros;
- Constituição das caixas dos primeiros socorros (a constituição destas deverá atender às situações mais correntes de acidentes como sejam pequenos cortes, queimaduras, perfurações, indisposições gástricas, febre, pancadas, entorses e quedas.);
- Lista de telefones de emergência (estes deverão ser afixados em local de fácil visibilidade – vitrina da obra):

- Número de telefone dos Bombeiros;

- Número telefone da PSP;
- Número telefone do Diretor Técnico da Empreitada;
- Número de telefone do Eng. Fiscal e restantes elementos da Fiscalização;
- Número telefone da Proteção Civil;
- Procedimentos de emergência;
- Local de concentração de trabalhadores em caso de catástrofe, fora das instalações, via normal e vias alternativas para esse local;
- Local de concentração dos meios de socorro.

Os documentos preparados no âmbito do Plano de Emergência serão arquivados pelo CSO no Anexo 27 do PSS.

A Entidade Executante fica obrigada a informar por escrito a Fiscalização de todos os acidentes ocorridos no estaleiro, de fornecer cópias das suas averiguações, cópias das comunicações ao ACT e a actualizar os índices de sinistralidade.

6.15. REGISTO DE NÃO CONFORMIDADE E AÇÕES CORRECTIVOS

Sempre que a Entidade Executante, a Fiscalização e/ou a CSO considerarem que uma situação apresenta gravidade significativa (requerendo ações corretivas importantes) ou que embora de menor gravidade, corresponda a uma situação de reincidência, elaborar-se-á um registo de não conformidade e ações corretivas, utilizando para esse fim o Modelo S20, incluído no Anexo 1 do PSS.

É responsabilidade da Entidade Executante:

- Identificar e descrever as causas da não conformidade;
- Propor as ações corretivas a executar;
- Desenvolver dentro do prazo acordado as ações corretivas;
- Providenciar a implementação de ações para eliminar as causas reais e/ou potenciais das não conformidades.

É responsabilidade da CSO:

- Analisar as ações corretivas propostas pela Entidade Executante e validá-las;
- Avaliar a eficácia das ações corretivas implementadas;

- Proceder ao encerramento da não conformidade detetada.

Os registos de Não Conformidade e Ações Corretivas deverão ser arquivados pelo CSO no Anexo 28 do PSS.

6.16. PLANO DE PROTEÇÃO COLECTIVO

A Lei em vigor determina como princípio de prevenção geral que o empregador deve dar prioridade às medidas de proteção coletiva em relação às de proteção individual.

O Plano de Proteções Coletivas a desenvolver pela Entidade Executante, face à análise de riscos feita aos diferentes trabalhos, deverá definir os equipamentos de proteção coletiva a empregar e respetiva implantação nos locais adequados em função dos riscos a que os trabalhadores poderão estar expostos.

Além da listagem de medidas a apresentar, estas devem ser identificadas sobre as plantas do estaleiro e da obra, registando -se todos os locais onde deverão ser instaladas proteções coletivas que deverão ser devidamente dimensionadas e especificadas.

Sem prejuízo de outras proteções que a Entidade Executante ou CSO entendam necessário, apresentam-se de seguida alguns equipamentos/medidas de proteção coletiva:

- Andaimes, Plataformas suspensas e Torres de Acesso vertical - Os andaimes, plataformas suspensas e torres de acesso vertical, devem estar de acordo com os tipos 5 e 6 da norma CEN HD 1000.

- Guarda - corpos rígidos - A geometria do guarda corpos deve ser respeitada em todas as situações, mesmo que se entenda que em determinadas circunstâncias algumas peças não sejam necessárias. Devem constituir uma proteção sólida, de material rígido ou flexível resistente, convenientemente fixa e instalada nas plataformas, áreas de trabalho e circulação onde haja o risco de queda de pessoas e materiais.

- Passagens superiores - As passagens superiores que ainda não possuam guarda corpos definitivos devem estar contempladas com este EPC, mesmo que nenhum trabalhador se encontre no local.

- Escadas portáteis - As escadas portáteis, podem ser em madeira, alumínio ou metálicas. A escada deve ultrapassar em 1,0 m o apoio superior.

- Passadeiras e Escadas Fixas - As passadeiras e escadas fixas, destinadas a vencerem desníveis ou ao atravessamento de valas devem ter, uma largura mínima de 0,90m, proteções laterais com pelo menos 0,90m de altura, de ambos os lados, devidamente fixadas e com apoios no máximo afastados de 2,00m.

As medidas de proteção coletivas, já incluídas noutros planos, não necessitam de ser descritas no Plano de Proteção Coletivas, devendo no entanto este Plano fazer referência à sua existência e onde foram consideradas.

Os Planos de Proteção Coletivas devem ser mantidos atualizados competindo à Entidade Executante proceder à sua revisão/atualização face à evolução dos trabalhos (Anexo 21).

6.17. PLANO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

A utilização dos EPI deve-se ao fato dos riscos existentes não poderem ser eliminados ou suficientemente limitados por meio de proteções coletivas. O fornecimento deste equipamento é da responsabilidade dos respetivos empregadores.

A eficácia do uso de determinado tipo de EPI depende fundamentalmente do Empregador e do Trabalhador. Ao primeiro, competirá fornecer todas as instruções de utilização necessárias ao correto uso do equipamento, controlar o seu uso efectivo e garantir a sua manutenção. Ao segundo, incumbirá aceitar o uso desse equipamento, respeitar as instruções de utilização e apresentar todas as anomalias ou defeitos que detecte no equipamento.

Constitui tarefa do empregador zelar pelo uso efectivo dos equipamentos de proteção individual, assim como verificar se os mesmos se encontram em adequado estado de conservação e se estão de acordo com as normas de homologação que garantem a sua eficácia.

O Plano de Proteções Individuais compreende assim a definição de todas as medidas de proteção individual a utilizar para prevenir os riscos a que estão expostos os trabalhadores.

Na definição dos equipamentos de proteção individual que cada trabalhador deverá utilizar, distinguem-se: EPI de uso obrigatório e EPI de uso temporário. Os primeiros destinam-se a serem utilizados durante a permanência de qualquer trabalhador no estaleiro. Os segundos serão utilizados pelo trabalhador dependendo do tipo de tarefa que desempenha.

Na Lista de Trabalhos com Riscos Especiais de Projeto apresentada neste PSS, encontram-se indicados os EPI a empregar em função de cada tarefa / operação.

No ato da entrega dos EPI cada trabalhador deverá assinar a sua receção, competindo ao empregador informar o trabalhador dos riscos que cada EPI visa proteger. Para tal poderá ser utilizado o modelo S17 do Anexo 1 para o efeito, os quais deverão ser incluídos no Anexo 22.

Todo o equipamento de proteção individual deve:

- 1) Estar conforme com as normas aplicáveis à sua concepção e fabrico em matéria de segurança e saúde;
- 2) Ser adequado aos riscos a prevenir e às condições existentes no local de trabalho, sem implicar por si próprio um aumento de risco;
- 3) Atender às exigências ergonómicas e de saúde do trabalhador;
- 4) Ser adequado ao seu utilizador;
- 5) Ser fornecido pelas empresas aos seus trabalhadores.

Todo o EPI deverá obedecer à marcação C.E. e obedecer ao Decreto-Lei n.º 128/93, de 22 Abril.

6.18. PLANO DE FORMAÇÃO DOS TRABALHADORES

Nos termos da Lei, constitui obrigação da entidade empregadora assegurar a formação e a informação dos trabalhadores, tendo em conta as funções que desempenhem e o posto de trabalho que ocupam.

Atendendo às características dos trabalhos a realizar, no prazo de execução da empreitada, às condicionantes existentes e aos métodos e processos construtivos, a Entidade Executante deverá preparar um Plano de Formação e Informação dos Trabalhadores, por forma a assegurar o cumprimento da referida obrigação.

Este Plano pretende dar resposta a essa exigência devendo para tal prever-se a forma de assegurar essa formação e informação através das seguintes ações:

- Proporcionar condições para formação específica dos trabalhadores;
- Promover ações de sensibilização para os trabalhadores;
- Afixar informações gerais realçando aspetos essenciais.

A formação dos trabalhadores deve realizar-se nos seguintes casos:

- Admissão na empresa;
- Mudança de posto de trabalho ou de funções;
- Introdução de novos equipamentos de trabalho ou alteração dos existentes;
- Adoção de uma nova tecnologia;
- Atividades que envolvam trabalhadores de diversas empresas.

A formação deve ser gratuita para os trabalhadores e seus representantes e deve decorrer dentro do horário de trabalho, quer no exterior quer no interior da empresa. É recomendável que no estaleiro pelo menos um dos trabalhadores tenha formação em matéria de primeiros socorros.

A Entidade Executante incluirá no Anexo 25 todos os documentos referentes ao Plano de Formação e Informação dos Trabalhadores.

6.19. AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO

As ações de sensibilização deverão ter lugar, num dos primeiros dias da abertura do estaleiro, e durante a execução dos trabalhos com periodicidade previamente definida.

A Entidade Executante deverá transmitir ao colectivo dos trabalhadores (incluindo os dos subempreiteiros e trabalhadores independentes), a Política da Segurança da Empreitada definida pelo Dono da Obra. Deverá também apresentar, de forma sucinta, os aspetos essenciais contidos no PSS da empreitada e que interessem à generalidade dos trabalhadores.

Sempre que, no decurso da execução da obra, um novo trabalhador seja integrado no estaleiro, a Entidade Executante deverá também garantir que lhe são fornecidas informações gerais sobre segurança e saúde.

6.20. REUNIÃO PERIÓDICA POR GRUPO DE TRABALHADORES

Para além das ações de sensibilização dirigidas a todos os trabalhadores da obra, deverão também prever-se reuniões periódicas com grupos de trabalhadores, preferencialmente nos próprios locais de trabalho.

Consoante as características dos trabalhos e número de trabalhadores existentes no estaleiro, estes grupos poderão ser constituídos por categorias profissionais ou por equipas de trabalho. Nestas reuniões deverão ser analisadas as fichas de Procedimentos de Monitorização e Prevenção aplicáveis às tarefas a executar. A duração destas reuniões dependerá da complexidade de cada tipo de trabalho, devendo em regra cingir-se ao mínimo necessário.

A Entidade Executante, aquando do desenvolvimento e especificação do PSS, entregará o Plano de Formação previsto, tendo por base o Cronograma de Trabalhos. Após validação e aprovação, o Plano de Formação será arquivado, pelo CSO, no Anexo 25 do PSS, assim como todos os documentos com ele relacionados, nomeadamente calendarizações de ações e registos comprovativos das mesmas.

Em sede de reunião de Comissão de Segurança da Empreitada, far-se-á a avaliação da implementação do Plano de Formação, procedendo-se a eventuais ajustes, sempre que, objetivamente, se verifiquem comportamentos inseguros ou quando, em função da introdução no estaleiro de equipamentos, máquinas ou materiais não previstos, seja previsível a necessidade de reforço das ações de formação.

A Entidade Executante deverá incluir no Anexo 25 todos os documentos desenvolvidos no âmbito do Plano de Formação.

6.21. PLANO DE PREVENÇÃO DE CONTROLO DE ALCOOLEMIA

O consumo excessivo de álcool revela-se suscetível de produzir efeitos danosos ao nível do absentismo, da produtividade no trabalho e da relação com os colegas de trabalho. Além disso, afeta a capacidade de reação, de decisão, de coordenação física, de discernimento e de temperamento, podendo ainda aumentar o risco de produção de acidentes.

Durante o decurso da empreitada, o Plano de Prevenção e Controlo de Alcoolemia impõe as seguintes normas:

- Não é permitida a realização de qualquer trabalho sob o efeito do álcool, especialmente a condução de máquinas, trabalhos em altura e trabalhos em valas.
- Considera-se estar sob o efeito do álcool, o trabalhador que, submetido a exame de pesquisa de álcool no ar expirado, apresente uma taxa de alcoolemia igual ou superior a 0,5 g/l.
- O controlo de alcoolemia será efetuado com carácter aleatório entre os trabalhadores que prestem serviço na empresa, bem como àqueles que indiquem estado de embriagues, devendo para o efeito utilizar-se material, devidamente aferido e certificado.
- Assiste sempre ao trabalhador submetido ao teste, o direito à contraprova, realizando-se, neste caso, um segundo exame nos dez minutos imediatamente subsequentes ao primeiro.
- A realização do teste de alcoolemia é obrigatória para todos os trabalhadores, presumindo-se em caso de recusa que o trabalhador apresenta uma taxa de alcoolemia igual ou superior a 0,5 g/l.
- Caso seja apurada ou presumida taxa de alcoolemia igual ou superior a 0,5 g/l, o trabalhador será imediatamente impedido, pelo seu superior hierárquico, de prestar serviço durante o restante período de trabalho diário, com a consequente perda da remuneração referente a tal período.

Os resultados dos testes realizados serão registados e arquivados no Anexo 30 do PSS.

6.22. PLANO DE DEMOLIÇÕES

A empreitada integra a execução de demolições às quais estão associados riscos de queda de objetos, queda de estruturas, queda em altura, etc.

Antes de iniciar qualquer trabalho de demolição com riscos associados, a Entidade Executante apresentará à Fiscalização para aprovação, até onze dias antes do início dos trabalhos em causa, um Plano de Demolição, identificando:

- O método de demolição preconizado e respetivo faseamento;
- O tipo e a potência dos equipamentos a utilizar;
- O nível de vibração transmitido pelo equipamento;
- O nível de ruído transmitido pelo equipamento;
- Os prazos de demolição;
- As medidas de proteção coletivas;
- As medidas de proteção individuais;
- Identificação do local de descarga e vazadouro de todos os produtos provenientes das demolições.

De acordo com a legislação ambiental vigente, os produtos resultantes das demolições encontram -se abrangidos pela definição de resíduos.

Incluir no Anexo 29, cópia dos Planos de Demolição.

6.23. PLANO DE MONTAGENS, UTILIZAÇÃO E DESMONTAGEM DE ANDAIMES

A Entidade Executante apresentará para aprovação da Fiscalização, até onze dias úteis antes do início dos trabalhos, os Planos dos Andaimes, em conformidade com o documento de harmonização HD1000 de Junho de 1988 do CEN, tendo em atenção todos os condicionamentos locais.

Assim sendo, a prevenção no uso de andaimes começa com um bom planeamento nomeadamente:

- Considerar em que trabalhos são necessário utilizar andaimes;
- Definir o tipo de andaime mais adequado ao trabalho a realizar;
- Identificar e avaliar os condicionalismos existentes;
- Executar o projeto do andaime, sempre que necessário;
- Definir plano de montagem/desmontagem;
- Utilizar a técnica de amarração mais adequada à obra, tipo de andaime e condições de vento previsíveis;
- Selecionar equipas de trabalho formadas por pessoal competente, ou seja, com formação e experiência adequadas às atividades que vão desenvolver;
- Certificar-se de que as medidas de prevenção e os procedimentos de trabalho adoptados garantem uma proteção eficaz.

A Entidade Executante deverá garantir durante a execução da obra o material utilizado nos andaimes se encontra em bom estado de conservação.

As escadas, as plataformas de trabalho e os acessos só poderão ser utilizados depois de terminada a sua montagem e ao longo da sua utilização, deverão estas estruturas ser objeto de reportagem fotográfica capaz de em qualquer instante documentar o estado destas e dos seus apoios.

A utilização do andaime exige um documento “apto para utilização” que especifique a carga admissível e demais restrições se existirem. Durante a fase de montagem e desmontagem, os andaimes devem ser sinalizados com painéis que o indiquem e proíbam o seu uso.

Entre plataformas de trabalho e pelo seu interior, devem montar-se escadas de acesso. Estas plataformas de trabalho devem estar marcadas com carga máxima admissível.

Aspetos relevantes:

- Montagem e desmontagem;
- Elementos estruturais (prumos, montantes, ancoragens, contraventamentos);
- Resistência e estabilidade;
- Plataformas (material, cargas, dimensões, proteções periféricas, guarda corpos);
- Escadas de acesso;
- Ação do vento;
- Pés fixos ou pés móveis;
- Condições de fundação / apoio;
- Em conformidade com o documento de harmonização HD 100 de Junho de 1988 do CEN;
- Exigências de carga;
- Tipo de trabalho a realizar.

Incluir no Anexo 31, cópia dos Planos de Montagem, Utilização e Desmontagem de Andaimes.

6.24. PLANO DE MONTAGENS DE TUBAGENS

Antes de iniciar a montagem de tubagens, a Entidade Executante, sem prejuízo de outros aspetos que a Fiscalização/Coordenador de Segurança da Obra considerem relevantes, apresentará à Fiscalização para aprovação, até onze dias antes do início dos trabalhos em causa, um Plano de Montagem de tubagens.

A presente empreitada inclui o fornecimento e montagem de tubagens de ferro fundido com características que obrigam a cuidados especiais na sua movimentação e montagem, devendo o empreiteiro prever meios adequados para tais movimentações e montagem tendo em conta essas

características. Os equipamentos para elevação deverão assim ser grua automóvel ou equivalente dotados de lingas adequadas e devidamente posicionadas. Dados os comprimentos dos tubos, devem estes ser guiados com cordas e nessa movimentação deverá assegurar-se a inexistência de pessoas, instalações ou equipamentos sob essas cargas. Nesta atividade não é admissível a utilização de outro tipo de equipamento não concebido para elevação de cargas.

Incluir no Anexo 33 cópia do Plano de Montagem de Tubagens.

6.25. PLANO DE EXECUÇÃO DE ALVENARIAS

A montagem e execução de alvenarias só poderão iniciar-se, após a verificação da conformidade do andaime por parte do responsável pela sua montagem. Não será permitida a existência de material acumulado em excesso nas plataformas de trabalho, por forma, a que dificulte a circulação de trabalhadores ou que ultrapasse a carga permitida para a classe da plataforma.

A montagem das alvenarias obedecerá ao seguinte critério de montagem:

- Apenas serão retirados os guarda-corpos que sejam necessários para a montagem da primeira fiada de tijolo;
- A primeira fiada de tijolo na bordadura e aberturas da laje será montada de imediato até à altura de 1.0 metro, devendo as suas aberturas de vãos remanescentes serem de imediato vedadas com guarda-corpos;
- A altura dos panos de tijolo a construir em cada fase deverá ter em atenção como forma de evitar o risco de queda do pano, a espessura do tijolo, a necessidade de construção de vergas e o travamento de cada pano de tijolo;
- Deverá ser colocada iluminação artificial sempre que a construção das alvenarias diminua a iluminação natural existente ou que esta seja insuficiente.

Incluir no Anexo 35 cópia do Plano de Execução de Alvenarias.

6.26. PLANO DE EXECUÇÃO DE REVESTIMENTO E PINTURAS

A execução dos revestimentos e pinturas apenas se poderá iniciar após a verificação da conformidade do andaime por parte do chefe de frente responsável. Não será permitida a existência de material acumulado em excesso nas plataformas de trabalho, por forma, a que dificulte a circulação de trabalhadores ou que ultrapasse a carga permitida para a classe da plataforma.

A execução destas atividades obedecerá aos seguintes critérios:

- Apenas existirão nas frentes de trabalho as quantidades de material necessário para a imediata utilização;
- Deverá ser colocada iluminação artificial sempre que a iluminação natural existente seja insuficiente;
- As ferramentas e equipamentos deverão estar apoiadas nas plataformas, por forma, a evitar a sua queda;
- Deverá ser interdita a prática de fumar na frente de trabalho no caso da execução de pinturas.

Incluir no Anexo 36 cópia do Plano de Revestimentos e pinturas.

6.27. PLANO DE PAVIMENTAÇÃO

A Entidade Executante deverá elaborar e submeter à aprovação da Fiscalização / CSO, antes do início dos trabalhos da empreitada o(s) Plano(s) de Pavimentação.

A pavimentação é uma atividade que consiste em preencher espaços definidos com massas betuminosas em camadas, de composição variável, atingindo temperaturas elevadas, de acordo com uma estrutura de pavimento previamente estudada e definida.

Deverá ser elaborado, antes do início dos trabalhos em causa, um Plano de Pavimentação identificando e definindo os trabalhos envolvidos e todos os aspetos necessários para garantir a execução dos respetivos trabalhos em segurança, nomeadamente:

Identificação dos trabalhos preparatórios;

- Definição da sinalização;
- Identificação do faseamento de execução;
- Averiguação da plenitude dos equipamentos utilizados

A Entidade de Execução deverá Incluir no Anexo 37 cópia do Plano de Pavimentação.

6.28. PLANO DE REMOÇÃO DE PLACAS DE FIBROCIMENTO DA COBERTURA

A empreitada integra a remoção de uma cobertura constituída por placas de fibrocimento. A esta atividade está associado, para além dos riscos de queda em altura, queda de objetos, etc., o risco cancerígeno devido ao material em causa.

Os trabalhos em que os trabalhadores estejam ou possam estar expostos a poeiras do amianto ou de materiais que contenham amianto, como é o caso do fibrocimento, têm que cumprir o estabelecido no Decreto -Lei n.º 266/2007, de 24 de Julho.

Para os trabalhos abrangidos pelo Decreto-lei n.º 266/2007, é obrigatório notificar a Autoridade para as Condições do Trabalho pelo menos 30 dias antes do início dos trabalhos, apresentando um Plano de Trabalhos de acordo com o art.º 11 do mesmo Decreto-Lei:

- “O empregador, antes de iniciar qualquer trabalho em edifícios, estruturas, aparelhos, instalações, bem como em aeronaves, material circulante ferroviário, navios ou veículos, que envolva demolição ou remoção de amianto ou de materiais que o contenham, elabora um plano de trabalhos.
- O plano de trabalhos inclui as medidas indispensáveis à segurança e saúde dos trabalhadores, bem como à proteção de pessoas e bens e do ambiente, designadamente respeitantes a:
 - a) Remoção do amianto ou dos materiais que contenham amianto antes da aplicação de técnicas de demolição, salvo se a remoção representar para os trabalhadores um risco superior do que a manutenção no local do amianto ou dos materiais que contenham amianto;
 - b) Utilização de equipamentos de proteção individual pelos trabalhadores, sempre que necessário;
 - c) Logo que os trabalhos de demolição ou de remoção do amianto sejam concluídos, verificação da ausência de riscos de exposição ao amianto nesse local.
- O plano de trabalhos contém, ainda as seguintes especificações:
 - a) Natureza dos trabalhos a realizar com indicação do tipo de atividade a que corresponde;
 - b) Duração provável dos trabalhos;
 - c) Métodos de trabalho a utilizar tendo em conta o tipo de material em que a intervenção é feita, se é ou não friável, com indicação da quantidade de amianto ou de materiais que contenham amianto a ser manipulado;
 - d) Indicação do local onde se efetuam os trabalhos;
 - e) Características dos equipamentos utilizados para a proteção e descontaminação dos trabalhadores;
 - f) Medidas que evitem a exposição de pessoas que se encontrem no local ou na sua proximidade;
 - g) Lista nominal dos trabalhadores implicados nos trabalhos ou em contato com material que contenha amianto e indicação da respetiva categoria profissional, formação e experiência na realização dos trabalhos;

- h) Identificação da empresa e do técnico responsável pela aplicação dos procedimentos de trabalho e pelas medidas preventivas previstas;
- i) Indicação da empresa encarregue da eliminação dos resíduos, nos termos da legislação aplicável.

A realização dos trabalhos anteriormente referidos, depende de autorização prévia da Autoridade para as Condições do Trabalho, que envolve a aprovação do plano de trabalhos e o reconhecimento de competências da empresa que os executa, nos termos do art.º 24:

- O empregador que contrate a realização de trabalhos da remoção de placas de fibrocimento deve assegurar-se de que a empresa contratada lhe remeteu cópia do respetivo plano de trabalhos, depois de aprovado, e obteve o reconhecimento das suas competências para o desenvolvimento dos trabalhos.
- O plano de trabalhos deve estar acessível, no local de realização dos trabalhos, a todos os trabalhadores e aos representantes dos trabalhadores para a segurança, higiene e saúde no trabalho que nele trabalhem.”

Sem prejuízo de outros aspetos relevantes, o Plano de Remoção de Fibrocimento da Cobertura deverá ser elaborado atendendo, nomeadamente, ao seguinte:

- Para efetuar o acesso à cobertura deverá ser instalada uma escada fixa ou, de preferência, uma torre de acesso;
- Todos os trabalhadores presentes em cima da cobertura utilizarão arnês de segurança preso a “linhas de vida”;
- Colocação guarda corpos na periferia da cobertura;
- Antes de dar início aos trabalhos de remoção das chapas de fibrocimento da cobertura, e após verificar o estado de conservação de todos os componentes da cobertura, serão criados caminhos de circulação sobre a cobertura;
- A circulação deverá sempre efetuar-se segundo as linhas resistentes da estrutura recorrendo contudo ao uso de EPI adequados para evitar o risco de queda em altura;
- Não caminhar sobre cumeeiras, remates ou outros componentes das coberturas, bem como sobre chapas com abertura ou chapas translúcidas de iluminação;
- Assegurar que o vento não põe em risco o equilíbrio dos trabalhadores e que as superfícies de circulação não se tornam escorregadias pela ação de condições atmosféricas adversas;
- É desaconselhado armazenar os materiais sobre a estrutura, pelo que as placas deverão ser retiradas da cobertura conforme vão sendo removidas;
- A zona de trabalhos deverá ser delimitada de modo a proteger a segurança de terceiros;
- Os trabalhadores envolvidos neste trabalho deverão ter formação específica;

- O número de trabalhadores presentes durante a execução dos trabalhos deverá ser reduzido ao mínimo;
- Utilização de métodos que minimizem a libertação das fibras de amianto (p. ex., aspiração simultânea, pulverização a húmido, etc.);
- Os parafusos ou pregos deverão ser removidos cuidadosamente, utilizando métodos adequados de modo a suprimir a libertação de poeiras;
- Deverá evitar-se partir os materiais de fibrocimento (os materiais deverão ser removidos intatos);
- Ao remover fibrocimento da cobertura, descer o material para uma superfície sólida e limpa recorrendo a métodos de acesso seguros e adequados;
- Os resíduos e detritos de fibrocimento deverão ser removidos o mais rapidamente possível, para evitar que sejam pisados ou esmagados por veículos;
- Não varrer detritos de fibrocimento;
- Os detritos de pequena dimensão e os depósitos de poeiras devem ser aspirados com um aspirador de tipo H14 recomendado para amianto. Os detritos demasiado grandes para serem aspirados devem ser recolhidos e ensacados como resíduos que contêm amianto;
- Deverá existir em obra local para que todos os intervenientes nos trabalhos se possam lavar sempre que saiam da zona de trabalho;
- Utilização de equipamento de proteção respiratória adequado e recomendado para o amianto (p. ex., EN 149 FFP3);
- Utilização de fatos-macaco descartáveis que devem ser eliminados como resíduos contaminados pelo amianto ou fatos-macaco que possam ser lavados debaixo do chuveiro antes de os tirar.

A Entidade de Execução deverá Incluir no Anexo 39 cópia do Plano de Remoção de placas de Fibrocimento.

7. ACOMPANHAMENTO E MONITORIZAÇÃO

Sem prejuízo das ações diárias e/ou periódicas que deverão ser realizadas por todos os intervenientes nesta empreitada, quer em cumprimento das obrigações legais aplicáveis, quer por exigência do caderno de encargos do qual este Plano de Segurança e Saúde faz parte integrante, referem-se as seguintes ações específicas para verificar o desempenho do Empreiteiro na implementação da segurança e saúde no trabalho nesta empreitada:

- Monitorização mensal;
- Comissões de Segurança e Saúde;
- Auditorias e Inspeções.

7.1. MONITORIZAÇÃO MENSAL

A Entidade Executante atualizará no final de cada mês, um ficheiro com o modelo S22, do Anexo1. Após cada atualização, a Entidade Executante procederá à entrega, em suporte informático ou envio por e-mail, do referido ficheiro à Fiscalização até ao 5.º dia de cada mês, acompanhado dos documentos nele anexados.

Compete à Fiscalização/Coordenador de Segurança em Obra, analisar o conteúdo do mencionado ficheiro e avaliar a implementação do preconizado no PSS, assim como os acidentes e indicadores de sinistralidade laboral.

Sempre que requerido, é responsabilidade da Fiscalização enviar o referido ficheiro devidamente atualizado ao Dono da Obra ou seu representante, no prazo máximo de 5 dias após a solicitação.

A Entidade Executante deverá arquivar no Anexo 40 os relatórios de Monitorização enviados à Fiscalização.

Para além dessa monitorização, o empreiteiro deverá promover e criar as condições, fornecendo os meios necessários, para que os representantes dos trabalhadores dentro do horário de trabalho possam periodicamente (no mínimo mensalmente) percorrer as frentes de trabalho para auscultar diferentes trabalhadores do empreiteiro ou dos seus Subcontratados, com vista a recolher informação sobre as condições de trabalho e bem-estar destes no estaleiro em causa, incluindo condições de segurança no trabalho que desempenham, garantia de salários em dia, condições de habitabilidade no Estaleiro (dormitórios, caso aplicável), condições em que tomam as suas refeições, etc.

7.2. COMISSÃO DE SEGURANÇA E DE SAÚDE DA EMPREITADA

Com o objetivo de acompanhar e avaliar a implementação do Plano de Segurança e Saúde será constituída uma Comissão de Segurança da Obra composta, em princípio, pelas pessoas com as seguintes funções ou representações:

- Representante do Dono da Obra (Gestor de Projeto e/ou um seu representante);
- Representante da Fiscalização (Responsável da Fiscalização da obra);
- Responsável pelo exercício da coordenação de segurança em obra;
- Diretor Técnico da Empreitada;
- Responsável do Empreiteiro pelo cumprimento da legislação aplicável em matéria de segurança, higiene e saúde no trabalho e pela correta aplicação, manutenção, atualização e organização deste PSS;
- Representante (s) dos trabalhadores da empreitada.

No prazo de 11 dias a contar da data da consignação da empreitada, o Empreiteiro deve informar a Fiscalização dos elementos que lhe compete designar para integrar a Comissão de Segurança e Saúde da Obra acima referida, incluindo -se também os representantes dos trabalhadores da empreitada cujo número deverá ser o referido na Lei -Quadro sobre Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho (Decreto-Lei n.º 441/91, de 14 de Novembro). Salvo casos excecionais, estes representantes não poderão ser trabalhadores da equipa dirigente da empreitada (direção técnica, administrativos, encarregados, arvorados, chefes de equipa). Nos 5 dias seguintes a essa designação, o Empreiteiro obriga-se a colocar este PSS à disposição dos representantes dos trabalhadores da empreitada, explicando o seu conteúdo, assegurando o mesmo e no mesmo prazo sempre que haja alterações de algum destes representantes.

N.º de trabalhadores na empreitada (n)	N.º de Representantes
$N < 61$	1
$61 \leq n < 151$	2
$151 \leq n < 301$	3
$301 \leq n < 501$	4
$n > 501$	5

Tabela 2 – N.º de Representantes por N.º de Trabalhadores

A Comissão de Segurança da Obra deve reunir periodicamente (em princípio, mensalmente ou outra periodicidade que venha a ser definida pelo Dono de Obra) para analisar o estado de implementação do Sistema; apoiar as tarefas da Fiscalização/Coordenador de Segurança em Obra; identificar as alterações que se mostrarem necessárias para a melhoria das condições de segurança e saúde no trabalho e

analisar eventuais acidentes e índices de sinistralidade laboral registados na empreitada, e as medidas preventivas implementadas.

No fim de cada reunião, a Fiscalização promoverá a elaboração da respetiva acta e assegurará a sua distribuição pelos intervenientes nesta Comissão no prazo de 11 dias.

O Empreiteiro deverá arquivar no Anexo 41 as actas das reuniões da Comissão da Segurança da Obra.

7.3. AUDITORIAS E INSPECÇÕES

A Entidade Executante deve efetuar auditorias, devendo a primeira dessas auditorias ser realizada até dois meses após a consignação da empreitada. Essas auditorias deverão ser efetuadas seguindo a metodologia da ISO 19011 tendo em conta a área em causa (segurança e saúde) e poderão ser efetuadas com meios internos do próprio empreiteiro ou recorrendo a meios externos, sendo que no primeiro caso a equipa auditora não poderá conter elementos ligados à empreitada objeto da auditoria.

Sem prejuízo de responsabilidades e direitos estabelecidos legalmente, o Dono da Obra reserva-se o legítimo direito de, com meios próprios ou através de entidades externas que contrate para o efeito, efetuar também Auditorias ao Sistema da Segurança e Saúde no Trabalho preconizado no presente Plano de Segurança e Saúde e na legislação e regulamentação vigentes. A metodologia será a preconizada na referida norma ISO 19011 com as necessárias adaptações tendo em conta a área em causa (segurança e saúde no trabalho) e como tal será preparado e enviado ao Consórcio o respetivo plano de cada auditoria 5 (cinco) dias antes da realização da auditoria. Nos processos de Auditoria, o Empreiteiro prestará todas as informações que lhe sejam solicitadas, participará nas reuniões da Auditoria com todos os elementos a quem tal seja solicitado, e disponibilizará à Equipa Auditora as instalações do estaleiro e toda a documentação do âmbito da Segurança e Saúde no Trabalho, incluindo as cópias necessárias.

O Empreiteiro deverá arquivar no Anexo 4 os Planos e Relatórios de Auditorias e Inspeções, quer internas (efetuadas pelo Empreiteiro), quer externas de 2.ª Parte (efetuadas por iniciativa da Fiscalização/Coordenador de Segurança em Obra ou do Dono da Obra).

Deverão também ser arquivadas neste anexo, os Planos de Ações Corretivas e/ou Preventivas resultantes dessas auditorias ou inspeções e bem assim os documentos relativos a eventuais Inspeções (autos de notícia, notificações, autos de suspensão de trabalhos) que venham a ser realizadas à obra pela ACT.

Alcobaça, Novembro de 2020

O Técnico Responsável:

Camilo da Fonseca Souto da Cruz

O.E.T. sob o n.º1358

Ccn.º 09686818 – Val.: 06/12/2029

8. ANEXOS

Anexos I

Índice de Anexos ao PSS

Modelos de Fichas

Anexo II

Plano de Monitorização e Prevenção

Anexos I

Índice de Anexos ao PSS

Modelos de Fichas

Índice de Anexos	
Anexo 1	Lista e Modelos de Ficha
Anexo 2	Desenvolvimento, Especificação e Alteração do PSS
Anexo 3	Distribuição do PSS
Anexo 4	Política de SST
Anexo 5	Comunicação Prévia e Declaração relativa a Trabalhadores Imigrante
Anexo 6	Organograma do Estaleiro/Definição de Funções, Tarefas e Responsabilidade/Controlo de Assinaturas
Anexo 7	Gestão da Comunicação entre todos os Intervenientes
Anexo 8	Horários de Trabalho
Anexo 9	Controlo de Subcontratados
Anexo 10	Registo de Apólices de Seguro de Acidentes de Trabalho
Anexo 11	Condicionalismos existentes no Local
Anexo 12	Planos de Trabalhos
Anexo 13	Plano e Cronograma de Mão-de-Obra
Anexo 14	Cronograma de Equipamentos
Anexo 15	Trabalhos em Riscos Específicos
Anexo 16	Materiais com Riscos Específicos
Anexo 17	Identificação e Controlo de Saúde dos Trabalhadores
Anexo 18	Plano de Acesso, Circulação e Sinalização
Anexo 19	Plano de Sinalização Temporária na Via Pública
Anexo 20	Registo de Controlo Geral dos Equipamentos de Estaleiro
Anexo 21	Plano de Proteções Coletivas
Anexo 22	Plano de Proteções Individuais
Anexo 23	Plano de Monitorização e Prevenção
Anexo 24	Registo de Acidentes e Índices de Sinistralidade Laboral
Anexo 25	Plano e Formação e Informação dos Trabalhadores
Anexo 26	Plano de Visitantes
Anexo 27	Plano de Emergência
Anexo 28	Registo de Não Conformidade e Ações Corretivas
Anexo 29	Plano de Demolição
Anexo 30	Plano de Prevenção e Controlo de Alcoolémia
Anexo 31	Plano de Montagem, Utilização e Desmontagem de Andaimos
Anexo 32	Plano de Montagem de Instalações Especiais
Anexo 33	Plano de Montagem de Tubagens
Anexo 34	Plano de Gestão das Descargas e Resíduos na Obra
Anexo 35	Plano de Execução de Alvenarias
Anexo 36	Plano de Execução de Revestimentos e Pinturas

Anexo 37	Plano de Pavimentação
Anexo 38	Plano de Armazenamento, Transporte e Movimentação de Cargas e Materiais
Anexo 39	Plano de Remoção de Placas de Fibrocimento
Anexo 40	Relatório de Monitorização
Anexo 41	Registo de Reuniões da Comissão de Segurança da Obra
Anexo 42	Relatório de Auditorias e Inspeções

Devem ser criadas capas para os anexos referenciados na tabela anterior, sendo que os elementos que sejam referentes às temáticas de cada anexo devem ser compilados a seguir à capa do anexo.

É de todo importante referir, que aquando a execução da obra, forem utilizados métodos construtivos não contemplados por este PSS, o Técnico de Segurança e Higiene responsável pela obra deve criar o anexo correspondente a essa atividade onde conste o plano de execução da atividade e todos os elementos necessários para a correta e segura execução da atividade

Lista de Modelos	
S01	Proposta de Alterações do PSS.
S02	Registo de Alterações Aprovadas do PSS
S03	Registo de Distribuição do PSS
S04	Declaração de Receção do PSS no Início da Empreitada
S05	Declaração da Receção Provisória da Obra.
S06	Identificação das Pastas de Arquivo que Integram o PSS
S07	Controlo de Assinaturas e Rubricas
S08	Comunicação Prévia
S09	Declaração Relativa a Eventuais Trabalhadores Imigrantes
S10	Controlo de Subcontratados e Respetiva Cadeia de Subcontratação
S11	Registo de Apólices de Seguro de Acidentes de Trabalho
S12	Controlo de Equipamentos e Acessórios
S13	Controlo de Receção de Materiais e Equipamentos
S14	Plano de Monitorização e Prevenção
S15	Registo de Monitorização e Prevenção
S16	Identificação de Trabalhadores e Inspeção Médica
S17	Distribuição do EPI
S18	Resumo Mensal de Acidentes de Trabalho
S19	Acidentes de Trabalho e Índices de Sinistralidade
S20	Registo de Não Conformidade e Ações Corretivas e Preventivas
S21	Registo de Acidentes de Trabalho
S22	Monitorização de Segurança e Saúde no Trabalho

Descrição da Proposta de Alteração:			
Justificação:			
Proposto por:		Na qualidade de:	
Assinatura		Data:	
Parecer:			
Elaborado por:		Na qualidade de:	
Assinatura		Data:	

Aprovação	
Coordenador de Segurança em Obra (Validado)	Dono de Obra (Aprovado)
____/____/____	____/____/____

Entidade Executante
____/____/____

	Itens Alterados	Resumo de Alterações Aprovada	Data de Entrada em Vigor	Observações
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				

Dono de Obra	Entidade Executante
____/____/____	____/____/____

	Itens Alterados	Resumo de Alterações Aprovada	Data de Entrada em Vigor	Observações
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				

Dono de Obra	Entidade Executante
____/____/____	____/____/____

Declaração

_____, Adjudicatário da
empreitada de _____,
declara ter recebido o *Plano de Segurança e Saúde* (PSS) para a mencionada empreitada,
comprometendo-se a cumprir o preconizado nesse PSS, tendo em conta a legislação em vigor e a propor
as alterações que se revelarem necessárias face aos processos construtivos e métodos de trabalho
utilizados no estaleiro.

_____ de _____ de _____

O Representante do Adjudicatário

Declaração

(Anexar ao Auto de Receção Provisoria da Obra)

_____(a), Adjudicatário da
empreitada de _____(b), declara que todos os elementos preparados e utilizados no
âmbito do Plano de Segurança e Saúde da empreitada de _____(b),
se encontram integrados de forma organizada no conjunto de _____(c) pastas referido no
anexo a esta declaração e que se entrega nesta data ao representante do Dono de Obra neste ato.

____ de _____ de _____ de _____ de _____

Entidade Executante

Fiscalização

____ de _____ de _____ de _____ de _____

Coordenador de Segurança e Obra

Dono de Obra

(recebi os documentos mencionados)

(a) – Nome do adjudicatário

(b) - Nome da empreitada

(c) - Número de pastas

IDENTIFICAÇÃO DAS PASTAS DE ARQUIVO DE CONSTITUEM O PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

Referencia	Designação	Nº de Pasta

DESTINATÁRIO

	Entidade	Função	Nome	Observações
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

DISTRIBUIÇÃO

Data	Entidade	Função	Nome	Observações
__/__/__				
__/__/__				
__/__/__				
__/__/__				
__/__/__				
__/__/__				
__/__/__				
__/__/__				

Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
__/__/__	__/__/__

IDENTIFICAÇÃO DAS PASTAS DE ARQUIVO QUE INTEGRAM O PSS

Referencia	Designação	Nº de Pasta	Observações

CONTROLO DE ASSINATURAS E RUBICAS

Ref.ª	Nome	Entidade	Função	Documento com autorização para assinar	Assinatura	Rubrica

Dono de Obra	Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
____/____/____	____/____/____	____/____/____

Identificação da Obra e do Estaleiro	
Localização do Estaleiro	Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Natureza e utilização da Obra:	
Dono da Obra:	Nome: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____

Duração do Estaleiro e Mão-de-obra Previsíveis	
Data de início dos trabalhos no estaleiro	
Data prevista para termo de trabalhos no estaleiro	
Estimativa do número máximo de trabalhadores no estaleiro em simultâneo	
Estimativa do número de empresas e trabalhadores independentes no estaleiro	
Estimativa do somatório dos dias de trabalho prestado por cada um dos trabalhadores	

Identificação dos Intervenientes na fase de projeto	
Autor do Projeto de Arquitectura	Técnico Responsável: _____ Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____

Autor do Projeto de Distribuição de Águas e Drenagem de Águas Residuais	Técnico Responsável: _____ Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Autor do Projeto de Segurança	Técnico Responsável: _____ Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Autor do Plano de Prevenção e Gestão de Resíduos	Técnico Responsável: _____ Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Coordenador de Segurança em Projeto	Técnico Responsável: _____ Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____

Identificação dos Intervenientes na fase de obra	
Coordenador de Segurança em Obra	Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Fiscais de Obra:	Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Entidade Executante	Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Responsável pela Direção Técnica da Obra	Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Identificação dos Subempreiteiros já identificados	
Subempreiteiro:	Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Subempreiteiro:	Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____

Subempreiteiro:	Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____
Subempreiteiro:	Empresa: _____ Morada: _____ Tel.: _____ Faz.: _____ Mail: _____

Declarações em anexo (art.º 15, n.º 3 do Decreto Lei n.º 273/2003 de 29/10):

- ☐ Declaração de Autor do Projeto;
- ☐ Declaração do Coordenador de Segurança em Projeto;
- ☐ Declaração da Entidade Executante;
- ☐ Declaração do Coordenador de Segurança em Obra;
- ☐ Declaração do Fiscal ou Fiscais da Obra;
- ☐ Declaração do Responsável pela Direção Técnica da Obra.

Dono de Obra/ Representante do Dono de Obra (*)	
	Nome: _____ Cargo/Profissão: _____

Declaração do Autor do Projeto

(*nome e morada*), declara, para efeitos do disposto na alínea a), do n.º 3, do art.º 15, do Decreto-Lei n.º 273, de 29 de Outubro, que é Autor do Projeto de (*conforme a responsabilidade assumida no projeto*), relativo à obra (*indicar natureza e utilização previstas*), a realizar em (*local da obra*) e cujo dono da obra é (*nome e domicílio ou sede*).

(*Local, data*)

Assinatura

Declaração do Fiscal de Obra

(nome e morada), declara, nos termos e para efeitos da alínea b), do n.º 3, do art.º 15º, do Decreto-Lei n.º 273, de 29 de Outubro, que é responsável pelos serviços de fiscalização da obra (indicar a natureza e utilização previstas), a realizar em (local) e cujo dono de obra é (nome e domicílio).

O exercício das atividades de fiscalização em obra é assegurado por (nome de quem assegura a fiscalização e morada).

Nos termos contratualmente estabelecidos, o início dos trabalhos está previsto para (dia, mês e ano) e a respetiva conclusão para (dia, mês e ano).

(Local, data)

Assinatura

Declaração da Entidade Executante

(nome e morada), declara, para efeitos do disposto na alínea b), do n.º 3, do art.º 15, do Decreto-Lei n.º 273, de 29 de Outubro, que é Responsável pela Direção Técnica da Obra (indicar natureza e utilização previstas), a realizar em (local da obra) e cujo dono da obra é (indicação do nome e domicílio ou sede).

Nos termos contratualmente estabelecidos, o início dos trabalhos está previsto para (dia, mês e ano) e a respetiva conclusão para (dia, mês e ano).

(Local, data)

Assinatura

Declaração

Adjudicatário da empreitada de _____
(designação da empreitada), declara nos termos dos n.ºs 4 e 5 do Art.º 144 do Decreto-Lei n.º 244/1998, de 8 de Agosto, com as alterações decorrentes da Lei n.º 97/99, de 26 de Julho, do Decreto-Lei n.º 4/2001, de 10 de Janeiro e do Decreto-Lei n.º 34/2003, de 25 de Fevereiro, que cumprem as obrigações decorrentes da Lei relativamente a todos os trabalhadores imigrantes eventualmente contratados para a execução desta empreitada, assegurando também esse cumprimento por parte dos seus subcontratados, e bem assim da sucessiva cadeia de subcontratação.

(Local, data)

Assinatura

(Representante do Adjudicatário)

MUNICÍPIO DE ALCobaça – CÂMARA MUNICIPAL

REQUALIFICAÇÃO DA EB 2/3 FREI ESTEVÃO MARTINS • ALCobaça

CONTROLO DE SUBCONTRATADOS E RESPECTIVA CADEIA DE SUBCONTRATAÇÃO – MODELO S10

Ref. ^a	Empregador	Atividade	Nº Max. De Trabalhadores em obra	Período de Intervenção		Alvará de Construção					
				Início	Fim	Alvará	Registo	Categoria	Subcategoria	Classe	Outro
				__/__/__	__/__/__						
				__/__/__	__/__/__						
				__/__/__	__/__/__						
				__/__/__	__/__/__						
				__/__/__	__/__/__						
				__/__/__	__/__/__						
				__/__/__	__/__/__						

Dono de Obra	Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
____/____/____	____/____/____	____/____/____

Ref. ^a	Nome da Empresa / Trabalhador Independente	Categoria (*)	Companhia de Seguros	Apólice		Modalidade de Seguro			Periodicidade do Pagamento
				N.º	Valide	Premio Fixo com Nome	Premio Fixo sem Nome	Premio Variável	
					__/__/__				
					__/__/__				
					__/__/__				
					__/__/__				
					__/__/__				
					__/__/__				
					__/__/__				

(*) Categoria: E- Empreiteiro; S- Subempreiteiro; IT- Trabalhador Independente

Dono de Obra	Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
__/__/__	__/__/__	__/__/__

MUNICÍPIO DE ALCobaÇA – CÂMARA MUNICIPAL
 REQUALIFICAÇÃO DA EB 2/3 FREI ESTEVÃO MARTINS • ALCobaÇA
 CONTROLO DE EQUIPAMENTOS E ACESSÓRIOS – MODELO S12

Ref. ^a	Equipamentos de Apoio e Acessórios				Placa de Fabricante		Marca CE (Declaração de Conformidade)	Requisitos Legais		Revisões Periódicas		Estado do Equipamento		Controlo		Correções	Verificações de Correções	
	Código	Designação	Nº. Serie	Ano de Fabrico	C	NC		C	NC	A	NA	CN	Efet.	Rubrica	Data Prevista	Data Prevista	Efet.	Rubrica

Nota: C- Conforme; NC- Não Conforme; A- Atualizada; NA – Não Atualizada

Dono de Obra	Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
____/____/____	____/____/____	____/____/____

Material Ou Equipamento							Código
Ref. ^a	Verificações / Tarefas	Riscos	Documentos de Referência	Método de verificação	Ações Corretivas/Preventivas	Resposta	Frequência de Inspeção

1		2		3		4		5		6	
Guia de Remessa_____		Guia de Remessa_____		Guia de Remessa_____		Guia de Remessa_____		Guia de Remessa_____		Guia de Remessa_____	
C	NC	C	NC	C	NC	C	NC	C	NC	C	NC
E.E	Fisc.	E.E	Fisc.	E.E	Fisc.	E.E	Fisc.	E.E	Fisc.	E.E	Fisc.
__/_/___	__/_/___	__/_/___	__/_/___	__/_/___	__/_/___	__/_/___	__/_/___	__/_/___	__/_/___	__/_/___	__/_/___

Nota: C- Conforme; NC- Não Conforme; E.E – Entidade Executante; Fisc – Fiscalização

Elemento de Construção/ Operação de Construção							Código	
Ref. ^a	Verificações / Tarefas	Riscos	Documentos de Referência	Método de verificação	Ações Corretivas/Preventivas	Resposta	Frequência de Inspeção	PP

Dono de Obra	Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
____/____/____	____/____/____	____/____/____

Elemento de Construção/ Operação de Construção	Código
Localização/Atividade:	

Ref.ª	Verificação/Tarefas	PP	Controlo do Adjudicatário				Controlo da Fiscalização			
			C	NC	Assinatura	Data	C	NC	Assinatura	Data

Dono de Obra	Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
____/____/____	____/____/____	____/____/____

MUNICÍPIO DE ALCobaça – CÂMARA MUNICIPAL

REQUALIFICAÇÃO DA EB 2/3 FREI ESTEVÃO MARTINS • ALCobaça

IDENTIFICAÇÃO DE TRABALHADORES E INSPEÇÃO MÉDICA – MODELO S16

Ref.ª	Nome do Trabalhador	Nº Identificação (CC, BI)	Nº da Segurança Social	Entidade Empregadora	Categoria Profissional	Inspeção Médica			
						Data		Apta	Não Apta
						Última	Próxima		
						__/__/__	__/__/__		
						__/__/__	__/__/__		
						__/__/__	__/__/__		
						__/__/__	__/__/__		
						__/__/__	__/__/__		
						__/__/__	__/__/__		
						__/__/__	__/__/__		
						__/__/__	__/__/__		
						__/__/__	__/__/__		

Dono de Obra	Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
__/__/__	__/__/__	__/__/__

Nome do Trabalhador	Categoria	Identificação

Ref. ^a	Designação do EPI	Riscos a Proteger (a)	Receção (b)	Devolução Final (c)
			Data: __/__/____ Ass: _____	Data: __/__/____ Ass: _____
			Data: __/__/____ Ass: _____	Data: __/__/____ Ass: _____
			Data: __/__/____ Ass: _____	Data: __/__/____ Ass: _____
			Data: __/__/____ Ass: _____	Data: __/__/____ Ass: _____
			Data: __/__/____ Ass: _____	Data: __/__/____ Ass: _____
			Data: __/__/____ Ass: _____	Data: __/__/____ Ass: _____

a)- Indicar os códigos de acordo com a tabela a baixo; (b)- Assinatura do Trabalhador; (c)- Assinatura de quem recebe

Código	Risco
1	Queda em altura
2	Queda ao mesmo nível
3	Queda de objetos
4	Queda de objetos em manipulação
5	Queda de objetos desprendidos
6	Choques contra objetos imóveis
7	Choques ou pancadas por objetos móveis

Código	Risco
8	Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas
9	Projecção de fragmentos ou partículas
10	Entalada ou Esmagamento por ou entre objetos
11	Contatos térmicos
12	Contatos eléctricos
13	Explosão

Declaração

Declaro que recebi os Equipamentos de Proteção Individual (EPI) acima mencionados e que fui informado dos respetivos riscos que pretendem proteger, comprometendo-me a utilizá-los corretamente de acordo com as instruções recebidas, a conservá-los e mantê-los em bom estado, e a participar ao meu superior hierárquico todas as avarias ou deficiências de que tenha conhecimento.

Mais declaro que fui informado estar coberto por seguro de acidentes de trabalho através da apólice n.º _____ da Companhia de Seguros _____ em nome de _____.

Ass. do Trabalhador _____ Data ____/____/____

Coordenador de Segurança em Obra	Diretor Técnico
____/____/____	____/____/____

Ref.ª	Data do Acidente (ocorrência)	Nome do Acidentado	Entidade Patronal	Causa do acidente	Local do Acidente	Efeitos do Acidente (*)	Data de regresso ao Trabalho	Nº de Dias Perdidos	Descrição do Acidente
	__/__/____						__/__/____		
	__/__/____						__/__/____		
	__/__/____						__/__/____		
	__/__/____						__/__/____		
	__/__/____						__/__/____		
	__/__/____						__/__/____		
	__/__/____						__/__/____		

(*)- Sem Incapacidade; Incapacidade Temporária; Incapacidade Permanente __%; Morte

Observações Gerais:

Dono de Obra	Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
__/__/____	__/__/____	__/__/____

MUNICÍPIO DE ALCobaça – Câmara Municipal

REQUALIFICAÇÃO DA EB 2/3 Frei Estevão Martins • ALCobaça

ACIDENTES DE TRABALHO E ÍNDICES DE SINISTRALIDADE LABORAL – MODELO S19

Data		Nº Pessoas (3)	Horas Trabalhadas (4)	Acidentes Mortais (M) e Não Mortais (NM)					N.º de Dias Perdidos		
Ano (1)	Mês (2)			M (5)	NM S/B (6)	NM>0 (7)	NM>3 (8)	Total (9)	NM<3 (10)	NM>3 (11)	Total (12)
Ano 1	Totais										
Ano 2	Totais										
	Jan										
	Fev										
	Mar										
	Abr										
	Mai										
	Jun										
	Jul										
	Ago										
	Set										
	Out										
	Nov										
	Dez										
Total											

Legenda:

- (1) Ano a que respeita a informação
 (2) Mês a que respeita a informação
 (3) N.º. total de pessoas na obra
 (4) N.º. total de horas trabalhadas no mês

- (5) N.º acidentes mortais ocorridos por mês
 (6) N.º acidentes não mortais sem baixa
 (7) N.º acidentes não mortais com 1 ou mais dias de baixa
 (8) N.º acidentes não mortais com mais 3 dias de baixa

- (9) N.º total de acidentes
 (10) N.º de dias de trabalho perdidos com 3 ou menos dias de baixa
 (11) N.º de dias de trabalho perdidos com mais de 3 dias de baixa
 (12) N.º total de dias perdidos

Data	Índice de Incidência	Índice de Frequência	Índice de Gravidade	Índice Duração
------	----------------------	----------------------	---------------------	----------------

Ano (1)	Mês (2)	M+NM (13)	M+NM>0 (14)	M+NM>3 (15)	M+NM (16)	M+NM>0 (17)	M+NM>3 (18)	M+NM (19)	M+NM>1 (20)	NM>0 (21)	NM>3 (22)
Ano 1	Totais										
Ano 2	Totais										
	Jan										
	Fev										
	Mar										
	Abr										
	Mai										
	Jun										
	Jul										
	Ago										
	Set										
	Out										
	Nov										
	Dez										

Legenda:

- (13) Índice de Incidência dos acidentes mortais e não mortais
- (14) Índice de Incidência dos acidentes mortais e não mortais com mais de 1 dia de baixa
- (15) Índice de Incidência dos acidentes mortais e não mortais com mais de 3 dias de baixa
- (16) Índice de Frequência dos acidentes mortais e não mortais
- (17) Índice de Frequência dos acidentes mortais e não mortais com mais de 1 dia de baixa
- (18) Índice de Frequência dos acidentes mortais e não mortais com mais de 3 dias de baixa

- (19) Índice de Gravidade dos acidentes mortais e não mortais
- (20) Índice de Gravidade dos acidentes mortais e não mortais com mais de 1 dia de baixa
- (21) Índice Duração dos acidentes mortais com mais de 1 dia de baixa
- (22) Índice Duração dos acidentes mortais com mais de 3 dias de baixa

Descrição da Não Conformidade:	
Localização	Documentos de Referência:
Descrito Por: ____/____/____	

Descrição das Ações: Corretivas Preventiva			
Descrito por:	____/____/____	Verificado por:	____/____/____
Proposto por:	____/____/____	_____	

Aprovação das Ações Corretivas/Preventivas:	
Aceite a Ação Proposta Aceite nas Condições em Anexo Rejeitado _____ Data de Termo da Execução das Ações Corretivas/Preventivas: ____/____/____ Aprovado por: _____ ____/____/____	

Execução das Ações Corretivas/Preventivas:	
Executado por: _____ ____/____/____	

Verificado por: _____ ____/____/____

Dono de Obra	Coordenador de Segurança em Obra	Entidade Executante
____/____/____	____/____/____	____/____/____

Dados do Sinistrado

Nome: _____ Nº Trab.: _____
Sexo: _____ Estado Civil: _____ Data de Nascimento: ____/____/____
CC nº _____ Data Validade: ____/____/____
Naturalidade: _____ Nacionalidade: _____
Morada: _____
Categoria Profissional: _____ Data de admissão na obra: ____/____/____

Dados da Entidade Empregadora

Nome: _____
Companhia de Seguros: _____ Apólice N.º: _____ Data de admissão na obra: ____/____/____

Dados da Relativos ao Acidente

Data: ____/____/____ Hora: ____ h ____ min Destino do Sinistrado: _____
Entidade que o Transportou: _____ Data: ____/____/____ Hora: ____ h ____ min
Houve mais sinistrados: _____ Quantos: _____ (em caso positivo)
Testemunhas: _____
Causas do Acidente: _____
Breve Descrição: _____
Medidas de Prevenção Adoptadas: _____
Efeitos do Acidente (*): _____

(*): Sem incapacidade; Incapacidade temporal; Incapacidade permanente; Morte

Responsável da Entidade Executante pela SST

Data: ____/____/____ Ass: _____

Diretor Técnico da Empreitada

Data: ____/____/____ Ass: _____

Atividade	Código
Localização	

Ref.ª	Atividades	Riscos e Medidas	Frequência de Verificação	Controlo da Entidade Executante				Controlo da Fiscalização			
				C	NC	Assinatura	Data	C	NC	Assinatura	Data

Nota: C- Conforme; NC- Não Conforme

N.º	Riscos	Medidas de Prevenção e Proteção

Dados Gerais Reportados
Organograma funcional encontra-se atualizado? _____
Definição de Funções da Equipa Técnica encontra-se atualizada? _____
Plano de Trabalho aprovado está a ser cumprindo? _____
Estado dos Trabalhos (*) _____
Nº Total de Trabalhadores no Estaleiro _____
Nº Total de Trabalhadores do Empreiteiro _____
Nº Total de Trabalhadores do Subempreiteiro _____
Nº Total de Trabalhadores Independentes _____
Nº Total de Trabalhadores que pernoitam no estaleiro _____
Nº de subempreiteiros no estaleiro _____
Nº de subempreiteiros no estaleiro _____
Nº de subcontratos de empresas de trabalho temporário _____
Nº de subcontratos de empresas de trabalho temporário _____
Nº de apólices de seguro de acidentes de trabalho _____
Nº de Trabalhos em curso ou realizados _____
Nº de Instruções de Trabalho elaboradas _____
Nº de Planos de Monitorização e Prevenção elaboradas _____
Nº de Registos de Monitorização e Prevenção elaboradas _____
Nº de Não Conformidades Identificadas _____
Nº de Não Conformidades corrigidas _____
Nº de Acidentes de Trabalho declarados à Seguradora _____
Nº de Ações de Formação/Informação efetuadas _____
Nº de Auditorias internas/ Inspeções efetuadas _____

(*) 1- De acordo com o previsto; 2 – Atrasados; 3- Adiantando

Acontecimentos mais relevantes, âmbito de SST, ocorridos durante o mês em causa

Declaração

Declaramos que os dados acima apresentados e bem assim a informação anexa a este documento correspondem à situação verificada em obra.

Técnico de SST
(Responsável do empreiteiro pela SST)

Data ____/____/____ Ass: _____

Diretor Técnico de Empreitada
(Responsável do empreiteiro pela SST)

Data ____/____/____ Ass: _____

Anexos II

Plano de Monitorização e Prevenção

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Demolições	- Falta de preparação do trabalho; - Não assegurar devidamente o corte de todas as infra-estruturas; - Trabalho desorganizado; - Sobrecarga dos pisos com entulho; - Não delimitar e sinalizar a zona de trabalhos - Não controlar as entradas de pessoas; - Utilização de meios mecânicos de forma inadequada; - Utilização indevida de andaimes; - Não utilizar os EPI (s); - Trabalhadores sem formação;	- Queda de pessoas a nível diferente; - Queda de pessoas ao mesmo nível; - Queda de objetos por desabamento ou desmoronamento; - Queda de objetos desprendidos; - Marcha sobre objetos; - Choque contra objetos imóveis; - Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas; - Projecção de fragmentos ou partículas; - Entalamento ou esmagamento por ou entre objetos; - Sobre esforços ou posturas inadequadas; - Contatos eléctricos; - Exposição a vibrações.	- Elaboração de plano de trabalhos; - Antes de iniciar qualquer trabalho, devem estar cortadas todas as infra-estruturas: água, gás, electricidade; - Deve ser delimitado e sinalizado todo o perímetro da área da demolição; - Os andaimes devem ficar completamente desligados dos elementos a demolir; - Os acessos aos postos de trabalho devem ser adequados e manterem-se permanentemente desobstruídos e limpos de entulhos; - As aberturas no pavimento do piso em demolição devem ser tapadas; - É expressamente proibido atirar entulhos pelas janelas ou aberturas nos pisos; - Os entulhos devem ser regados e descidos em calhas ou caleiras devidamente vedadas e com troços nunca superiores à altura de 2 pisos. A saída inferior de cada calha deve ter uma comporta para fazer parar o material das calhas usando as mãos; - Os materiais da cobertura, à medida que são retirados devem ser descidos através de caleiras e/ou com o auxílio da grua ou guincho; - Placas de fibrocimento, não devem servir de apoio aos trabalhadores, devendo ser utilizadas tábuas de rolo; - Os elementos a demolir devem ser molhados regularmente a fim de evitar o levantamento de poeiras; - As plataformas de trabalho devem ser estáveis, sólidas e horizontais; - Os trabalhadores, devem trabalhar a uma distância que evite serem atingidos por projecções; - As roupas e a pele não devem ser limpas utilizando o ar comprimido; - Formação e Informação.	- Capacete de proteção - Botas de proteção - Óculos de proteção - Mascara com filtro físico - Proteções auriculares - Luvas de proteção	

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Execução de Alvenarias	- Desarrumação; - Trabalho desorganizado - Iluminação inadequada; - Utilização de meios mecânicos de forma inadequada; - Trabalhadores sem formação e desconhecimento dos riscos.	- Queda de pessoas a nível diferente; - Queda de pessoas ao mesmo nível; - Queda de objetos; - Marcha sobre objetos; - Entalamento ou esmagamento; - Sobre-esforços ou posturas inadequadas; - Exposição a substâncias nocivas ou tóxicas; - Contatos eléctricos; - Exposição ao ruído; - Exposição a vibrações.	- Garantir a existência de plataformas de descarga de materiais com solidez e estabilidade adequadas às cargas a movimentar; - As paletes de material devem ser movimentadas com meios mecânicos e distribuídas para próximo dos locais onde vão ser utilizadas; - As plataformas de trabalho com altura superior a 2 m devem ser dotadas de guarda-corpos e guarda-cabeças; - Os entulhos devem ser depositados em local específico e, periodicamente, devem ser enviados para o exterior; - Deve haver o cuidado de não romper o plástico de proteção das paletes de tijolo antes de as içar; - Mesmo em trajectos curtos, o transporte de tijolos e sacos de cimento deve ser efetuado com recurso a carros de mão; - É rigorosamente proibido o assentamento de plataformas de trabalho sobre tijolos; - Deve ser proibido improvisar plataformas de trabalho com bidões, caixas, escadotes, etc; - Deve ser garantida a limpeza diária das zonas de trabalho, de forma a evitar acumulações de massa que solidificará; - As rampas das escadas deverão ser protegidas com guarda-corpos; - Formação e Informação.	- Capacete de proteção - Botas de proteção - Óculos de proteção - Luvas de proteção	

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Execução de Escavações	- Falta de preparação do trabalho; - Sobrecarregar os topos dos taludes; - Entivação inadequada ou insuficiente; - Não manter os caminhos de circulação em estado adequado para a circulação; - Trabalhar em condições atmosféricas adversas; - Utilização de meios mecânicos de forma inadequada; - Trabalhadores sem formação e desconhecimento dos riscos.	- Queda de pessoas a nível diferente; - Queda de pessoas ao mesmo nível; - Queda de objetos desprendidos; - Marcha sobre objetos; - Entalamento ou esmagamento por ou entre objetos; - Entalamento ou esmagamento por capotamento de máquinas; - Sobre-esforços ou posturas inadequadas; - Atropelamento ou choque de veículos; - Exposição ao ruído; - Exposição a substâncias tóxicas ou nocivas (poeiras e gases); - Exposição a vibrações	- Devem ser construídos acessos separados à escavação, para pessoal e para veículos; - Só deve utilizar máquinas homologadas; - Os veículos e máquinas usados devem ter a sinalização luminosa e acústica de marcha-atrás em bom estado de funcionamento; - Deve ser rigorosamente proibido todo e qualquer trabalho ou a permanência de trabalhadores no raio de ação das máquinas; - Os caminhos de circulação devem ser mantidos em bom estado; - Formação e Informação.	- Capacete de proteção - Botas de proteção - Luvas de proteção - Colete Refletor	

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Pavimentos e Revestimentos	- Desarrumação dos locais de armazenamento e de trabalho; - Retirar proteções às máquinas; - Trabalho desorganizado; - Utilização de meios mecânicos de forma inadequada; - Utilização de ferramentas em mau estado de conservação; - Utilização de andaimes ou bancadas improvisados ou indevidamente montados; - Não delimitar e sinalizar a zona de trabalhos; - Não utilizar os EPI(s) - Trabalhadores sem formação desconhecimento dos riscos.	- Queda de pessoas a nível diferente; - Queda de pessoas ao mesmo nível; - Queda de objetos em manipulação; - Queda de objetos desprendidos; - Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas; - Projecção de fragmentos ou partículas; - Sobre-esforços ou posturas inadequadas;	- Devem ser utilizadas ferramentas de corte com molha contínua ou, se tal não for possível, o corte das peças deve ser efetuado ao ar livre para evitar a acumulação de grandes quantidades de pó; - Deve ser garantida a limpeza diária das zonas de trabalho, de forma a evitar acumulações de massa que solidificará; - Os entulhos devem ser retirados através de calhas devidamente vedadas e com troços nunca superiores à altura de 2 pisos - A deposição das paletes de material deve ser realizada fora dos locais de circulação; - Deve ser rigorosamente proibido fumar na zona de trabalhos. Essa proibição deve ser devidamente sinalizada à entrada da zona de trabalhos; - Durante a utilização de colas, deve ser criada uma corrente de ar, suficiente para renovar constantemente o ar e evitar intoxicações; - Deve ser rigorosamente proibido, utilizar bidões, caixas, banheiras, etc., como cavaletes para plataformas de trabalho. As plataformas de trabalho devem ter uma largura mínima de 60 cm e, se tiverem mais de 2 m de altura, deverão possuir guarda-corpos; - Devem ser rigorosamente respeitadas as instruções das fichas de segurança dos produtos químicos; - Formação e Informação.	- Capacete de proteção - Botas de proteção - Luvas de proteção	

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Trabalhos de Reboco/Estuque	- Desarrumação dos locais de armazenamento e de trabalho; - Retirar proteções às máquinas; - Trabalho desorganizado; - Utilização de meios mecânicos de forma inadequada; - Utilização de ferramentas em mau estado de conservação; - Utilização de andaimes ou bancadas improvisados ou indevidamente montados; - Não delimitar e sinalizar a zona de trabalhos; - Não utilizar os EPI(s) - Trabalhadores sem formação	- Queda de pessoas a nível diferente; - Queda de pessoas ao mesmo nível; - Queda de objetos em manipulação; - Queda de objetos desprendidos; - Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas; - Sobre-esforços ou posturas inadequadas;	- Deve ser proibido o uso de cavaletes, escadas de mão ou escadotes, caixas, bidões, etc. As plataformas de trabalho com altura superior a 2 metros devem possuir guardo-corpos e rodapés; - Para alturas superiores a 6 metros, devem ser usados andaimes fixos. - As réguas devem ser transportadas ao ombro e, a frente, deverá estar a uma altura superior ao capacete de quem as transporta, deforma a evitar ferimentos; - O Transporte de sacos de cimento e areia deve ser efetuado com recurso a carrinho de mão, por forma a evitar sobre esforço; - Deve ser garantida a limpeza diária das zonas de trabalho; - A zona de trabalho deve ser delimitada e sinalizada e, o acesso condicionado, de forma a evitar acidentes; - Formação e Informação.	- Capacete de proteção - Botas de proteção - Luvas de proteção	

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Pintura	- Desarrumação dos locais de armazenamento e de trabalho; - Trabalho desorganizado; - Utilização de ferramentas em mau estado de conservação; - Utilização de andaimes ou bancadas improvisados ou indevidamente montados; - Não delimitar e sinalizar a zona de trabalhos; - Não utilizar os EPI(s) - Trabalhadores sem formação	- Queda de pessoas a nível diferente; - Queda de pessoas ao mesmo nível; - Queda de objetos em manipulação; - Queda de objetos desprendidos; - Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas; - Sobre-esforços ou posturas inadequadas;	- Deve ser proibido o uso de cavaletes, escadas de mão ou escadotes, caixas, bidões, etc. As plataformas de trabalho com altura superior a 2 metros devem possuir guardacorpos e rodapés; - Para alturas superiores a 6 metros, devem ser usados andaimes fixos. - O Transporte de material deve ser efetuado com recurso a carrinho de mão ou meios mecânicos, por forma a evitar sobre esforço; - Deve ser garantida a limpeza diária das zonas de trabalho; - A zona de trabalho deve ser delimitada e sinalizada e, o acesso condicionado, de forma a evitar acidentes, - Formação e Informação.	- Capacete de proteção - Botas de proteção - Luvas de proteção	

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Movimentações Mecânica de cargas	- Trabalho desorganizado; - Utilização de meios mecânicos de forma inadequada; - Não utilizar os EPI(s); - Trabalhadores sem formação;	- Queda de objetos; - Entalamento; - Quedas dos operadores ao mesmo nível ou em altura (consoante o tipo de trabalhos); - Agarramento ou arrastamento (nas engrenagens e órgãos rotativos das máquinas); - Esmagamento; - Corte; - Incêndio ou explosão; - Risco eléctrico;	- Verificar o bom estado de conservação dos aparelhos de movimentação de cargas e a capacidade dos mesmos para a carga a transportar; - Proceder ao transporte de cargas à menor altura possível mantendo sempre a estabilidade da carga; - Assegurar que não existe nenhuma sobrecarga devida por exemplo a aderência da carga ao chão, atascamento, etc; - Assegurar que a superfície de apoio ou ganchos podem suportar a carga e no caso dos ganchos existe uma patilha de segurança; - Verificar que a carga está bem apoiada antes de a soltar; - Nunca subir nas cargas suspensas em movimento ou naquelas que vão iniciar a manobra; - Não permanecer e transitar desnecessariamente debaixo de uma carga; - Utilizar calçado de proteção e os diferentes EPI's ; - Aquando da manutenção dos aparelhos mecânicos, não retirar as proteções; - Verificar e manter em bom estado de funcionamento todo o circuito eléctrico das máquinas e instalações; - Formação e Informação.	- Capacete de proteção; - Botas de proteção;	

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Uso de Andaimos	- Trabalho desorganizado; - Utilização de meios e de forma inadequada; - Não utilizar os EPI(s) - Trabalhadores sem formação	- Queda e choque com objetos. - Queda em altura. - Quedas dos operadores em altura - Esmagamento. - Desrespeito pelos princípios ergonómicos. - Entalamento.	- Fixar firmemente os andaimes e plataformas a fim de evitar movimentos e balanços perigosos. - Nunca carregar o andaime ou plataforma além do limite de segurança pelo que não se deve armazenar mais material do que o estritamente necessário para garantir a continuação dos trabalhos. - Não manobrar andaimes suspensos, nem preparar ou colocar andaimes, estando pessoas debaixo dos mesmos. - Não permanecer debaixo dos andaimes durante a sua preparação ou desmontagem e quando o pessoal situado nos mesmos realiza trabalhos. - Os elementos que constituem os andaimes e plataformas deverão estar sempre em perfeito estado de conservação e utilização. - A plataforma ou andaime deverá ser sempre adequada para o trabalho a que se destina. - A montagem dos andaimes ou plataformas só poderá ser realizada por pessoal especializado ou, pelo menos, conhecedor das características de resistência e estabilidade que estes elementos devem possuir, dos limites de carga e da sua utilização; - Formação e Informação.	- Capacete de proteção; - Botas de proteção; - Luvas de proteção;	

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Movimentação Manual de Cargas	- Sobre-esforços ou posturas inadequadas; - Trabalho desorganizado; - Trabalhadores sem formação;	- Lesões musculares - Rotura de ligamentos - Hérnias - Entalemento - Queda ao mesmo nível	- Evitar manuseamento de cargas não adequadas em termos de volume ou peso – de acordo o NIOSH (não superior a 23 Kg); - Conceber embalagens com formas e tamanhos apropriados ao tipo de objeto a manusear; - Procurar adaptar pegas ergonómicas na carga manuseada para facilitar o levantamento e transporte; - Usar técnicas adequadas em função do tipo e especificidade da carga – evitar a utilização do tronco como alavanca, mantendo-o na posição vertical e procurar utilizar os membros inferiores como alavanca; - Sempre que possível, colocar as cargas em planos elevados relativamente ao solo (antes de proceder à elevação); - Evitar ao máximo “dobrar” a coluna; esta deve servir como suporte; - Aquando da movimentação e levantamento/abaixamento de cargas, o trabalhador deve evitar rir, tossir, falar ou efetuar outros movimentos bruscos; - Os movimentos de torção do tronco em torno do corpo devem ser sempre evitados; - As cargas transportadas devem ser suportadas pela coluna e membros inferiores, sendo a coluna apenas elemento estático de transmissão e nunca de articulação; - Suspende cargas iguais em cada uma das mãos (quando possível); - Ter em consideração os pesos a suspender, conforme a idade, constituição física e sexo do trabalhador; - Promover o exercício físico e o reforço muscular dos músculos que participam mais activa na movimentação de cargas; - Formação e Informação.	- Capacete de proteção; - Botas de proteção - Luvas de proteção	

		Plano de Monitorização e Prevenção		Data __/__/__	Local
Empreitada:			Dono de Obra:		
Entidade Executante:		CSO (coordenador de Segurança em Obra):		Fiscalização:	

Actividade	Perigo	Risco	Medidas de Controlo	EPI	Observações
Movimentação Manual de Cargas (continuação)	- Sobre-esforços ou posturas inadequadas; - Trabalho desorganizado; - Trabalhadores sem formação;	- Lesões musculares - Rotura de ligamentos - Hérnias - Entaleamento - Queda ao mesmo nível	- A movimentação de cargas deve ser afetuada, em zonas, em que o pavimento se encontre devidamente nivelado e desobstruído de obstáculos, entulho, cabos e fios condutores de electricidade. - Sempre que tecnicamente possível, utilizar meios auxiliares de elevação e transporte para movimentar as cargas; - As cargas a transportar devem estar devidamente acondicionadas e simetricamente distribuídas de modo a evitar oscilações e sobre-esforços; - Se possível, proceder à deslocação das cargas por rolamento, ex. deslocação de barris de cerveja ou bidões; - Os braços devem estar posicionados junto ao corpo de uma forma descontráida; - Quando o tipo de trabalho implica movimentos muito repetitivos ou monótonos, deve-se procurar efetuar pequenas pausas acompanhadas de alguns exercícios, de forma a desentorpecer os músculos e articulações e melhorar a circulação; - Formação e Informação.	- Capacete de proteção; - Botas de proteção - Luvas de proteção	