

CÂMARA MUNICIPAL DE FELGUEIRAS

PRAÇA DA REPÚBLICA - FELGUEIRAS

ELABORAÇÃO DE PROJETO DE EXECUÇÃO DA BENEFICIAÇÃO / AMPLIAÇÃO DA USF
HYGEIA DA LIXA
(TRAVESSA DO CICLO – LIXA - FELGUEIRAS)

PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

GEP - A. Matos Ferreira Unip. Lda.

Revisão: A

R E V I S Õ E S			
Revisão	Preparação	Aprovação	Descrição
A	23.03.020	/ /	Fase de Projeto
	/ /	/ /	
	/ /	/ /	
	/ /	/ /	
	/ /	/ /	

Elaborou:	Aprovou:

Memória descritiva

Elementos gerais de informação

O presente documento, elaborado para a execução dos trabalhos de **Elaboração do Projeto de Execução da Beneficiação / Ampliação de USF HYGEIA da Lixa** que a **Câmara Municipal de Felgueiras**, tem como objetivo estabelecer um conjunto de regras de observação obrigatória a adotar na execução dos trabalhos de construção.

Este documento estabelece as medidas de prevenção e proteção a observar nas adaptações do referido edifício, dando cumprimento às exigências da legislação aplicável a Estaleiros Temporários ou Móveis e, nomeadamente, ao Decreto-Lei n.º 155/95 de 1 de Julho que transpõe para direito interno a Diretiva Comunitária n.º 92/57/CEE.

Este documento será revisto sempre que necessário para assegurar que se mantém adequado, suficiente e eficaz. Sendo que todos os intervenientes devem contribuir para a melhoria das soluções previstas neste documento com o objetivo de aumentar os índices de segurança no desenvolvimento dos trabalhos.

Uma cópia deste Plano de Segurança e Saúde estará disponível no estaleiro, em local acessível, de modo a permitir a sua consulta por parte dos intervenientes em obra ou pelas entidades fiscalizadoras.

Definição de objetivos

Os trabalhos de construção civil, pela sua natureza, comportam um elevado risco de ocorrência de acidentes, tornando-se importante que os mesmos sejam desenvolvidos com base na adoção de métodos e procedimentos que contribuam para a diminuição do risco.

Nestas condições, entende-se que um Plano de Segurança, independentemente das medidas de carácter objetivo que possa vir a estabelecer, deverá ter por base uma correta conceção, planificação e programação de todos os trabalhos, diminuindo a probabilidade de aparecimento de situações de imprevisto em obra que contribuem fortemente para o aumento dos riscos de ocorrência de acidentes.

Pretende-se, com a implementação das medidas previstas no Plano de segurança e Saúde, melhorar as condições de segurança no trabalho, com o objetivo fundamental de conseguir uma diminuição significativa dos índices de sinistralidade, atingindo, idealmente, o número zero acidentes.

A metodologia a seguir para atingir tais objetivos será a preconizada pela Lei Quadro (Decreto-Lei 441/91, de 14 de Julho) cujos princípios fundamentais são os que se enumeram:

- Eliminação do risco;
- Avaliação dos riscos que não puderam ser eliminados;
- Combate dos riscos na sua origem;
- Adaptação do trabalho ao Homem;
- Organização do trabalho;
- Prioridade da proteção coletiva face à proteção individual;
- Informação e formação.

Política de segurança do dono da obra

O dono da obra considera a segurança como um valor fundamental, a observar obrigatoriamente em todas as atividades que decorram no estaleiro, com o objetivo de salvaguardar a segurança e saúde de todos os trabalhadores, fornecedores e clientes nela envolvidos.

Assim, compromete-se a desenvolver, conjuntamente com as empresas intervenientes e respetivos colaboradores, políticas ativas de prevenção de riscos profissionais.

Através de uma política ativa de segurança será possível não só diminuir os riscos inerentes às tarefas desenvolvidas mas também aumentar consideravelmente a produtividade nos trabalhos.

Tem consciência que para atingir este objetivo é necessário mobilizar e responsabilizar todos os intervenientes no processo construtivo, tendo por base o princípio de que cada trabalhador é responsável pela sua própria segurança e pela dos outros trabalhadores ou terceiros que possam ser afetados pelas suas ações.

Deste modo, a divulgação deste plano a todos os trabalhadores, assume, do ponto de vista do dono da obra, particular importância, de uma forma a aumentar a consciência do risco inerente a cada trabalho e o conhecimento dos métodos de prevenção propostos.

Regulamentação aplicável

Na execução deste Plano de Segurança e Saúde e na definição das medidas de segurança que se apresentam foram seguidas as bases legais relativas a prevenção e segurança no trabalho:

Diplomas de âmbito Geral de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho:

- Decreto-Lei nº441/91, de 14 de Julho, que estabelece o regime jurídico do enquadramento da Segurança, Higiene e Saúde no trabalho;
- Decreto-Lei n.º 26/94, de 1 de Fevereiro, que estabelece o regime de organização das atividades de Segurança, Higiene e Saúde no trabalho;
- Decreto-Lei n.º 7/95, de 29 de Março, que introduz alterações ao Decreto-Lei n.º 26/94, de 1 de Fevereiro;
- Decreto-Lei n.º 109/00, de 30 de Junho, que introduz alterações ao Decreto-Lei n.º 26/94, de 1 de Fevereiro.

Segurança nos Trabalhos de Construção Civil:

- Decreto-Lei n.º 273/03, de 29 de Outubro, define as prescrições mínimas de segurança e saúde no trabalho a aplicar nos estaleiros temporários ou móveis;
- Decreto-Lei n.º 41.820 e nº41.821 de 11 de Agosto de 1958, regulamento de segurança no trabalho de construção civil.

Sinalização de Segurança:

- Decreto-Lei n.º 141/95, de 14 de Junho, define as prescrições mínimas para sinalização de segurança e saúde no trabalho;
- Portaria n.º 1456-A/95, de 14 de Junho, prescrições mínimas de colocação e utilização da sinalização de segurança e saúde no trabalho.

Equipamentos de Proteção Individual:

- Decreto-Lei n.º 348/93, de 1 de Outubro, prescrições mínimas de segurança e saúde para a utilização de equipamentos de proteção individual pelos trabalhadores.

Movimento Manual de Cargas:

- Decreto-Lei nº330/93, de 25 de Setembro, prescrições mínimas de segurança e saúde respeitante à movimentação manual de cargas.

Responsabilidades em matéria de segurança e saúde dos vários intervenientes de acordo com o Enquadramento Legal

Dono de Obra:

O dono de obra deve nomear os Coordenadores de Segurança e Saúde em fase de projeto e obra sempre que nestas fases intervenha mais que uma entidade promover a elaboração da Comunicação Prévia, Planos de Segurança e Saúde.

Ao dono de obra e aos seus representantes legais é atribuída a responsabilidade de fazer cumprir as regras e prescrições de segurança previstas na lei e as que fazem parte do presente Plano de Segurança e Saúde.

Assegurar que o Plano de Segurança e Saúde seja comunicado ao empreiteiro e demais intervenientes na obra por si contratados.

O dono de obra é responsável pela comunicação à Inspeção do Trabalho da ocorrência de acidentes graves ou mortais e deve assegurar que não sejam alterados os vestígios relacionados com a ocorrência de acidentes graves ou mortais até à conclusão da recolha de elementos pelas autoridades, salvo se motivados pela ação dos meios de socorro e assistência às vítimas.

Empreiteiro e subempreiteiro (s):

Os empreiteiros envolvidos na realização da obra são responsáveis por cumprir e fazer cumprir as prescrições e procedimentos de segurança definidos na legislação em vigor e no presente Plano de Segurança e Saúde. Devem ainda propor as alterações necessárias a este plano de segurança que entenderem essenciais em função dos métodos construtivos e métodos de trabalho utilizados no estaleiro.

Devem informar os trabalhadores das medidas de segurança previstas para a realização dos trabalhos.

São responsáveis pela segurança dos seus trabalhadores e respeitarão e farão respeitar todas as indicações que tenham por objetivo implementar as medidas de proteção coletiva preconizadas para a execução dos trabalhos.

Ficam também responsáveis por fornecer ao seu pessoal todo o equipamento de proteção individual definido como de uso obrigatório a cada função.

Trabalhadores:

Todos os trabalhadores, independentemente do seu vínculo laboral, estão obrigados ao cumprimento das normas de segurança definidas neste Plano de Segurança e Saúde bem como ao uso obrigatório dos equipamentos de proteção individual definidos para cada função.

Trabalhadores Independentes:

Os trabalhadores independentes devem cumprir as prescrições e procedimentos de segurança definidos na legislação em vigor e no presente Plano de Segurança e Saúde e cooperar na sua aplicação. Devem ainda propor as alterações necessárias a este plano de segurança que entenderem essenciais em função dos métodos construtivos e métodos de trabalho utilizados no estaleiro.

Coordenadores de Segurança e Saúde:

Como representante do dono de obra, ao coordenador de segurança compete elaborar ou mandar elaborar o Plano de Segurança e Saúde e a Compilação técnica.

Tendo em vista a prevenção dos riscos profissionais, o Coordenador deve coordenar a atividade das várias entidades que intervêm no estaleiro, atentar na correta aplicação dos métodos de trabalho e promover a divulgação de informação.

O Coordenador de Segurança e Saúde deve desenvolver uma atividade permanente de verificação da adequação do Plano de Segurança e Saúde, recolhendo propostas de alteração que eventualmente lhe sejam apresentadas pelos empregadores, trabalhadores ou trabalhadores independentes e realizar as necessárias alterações ao plano de segurança.

Conteúdo da comunicação prévia

A Comunicação Prévia da abertura do estaleiro à Inspeção-geral do Trabalho está dependente da verificação das condições previstas no nº1 do artigo 7º do Decreto-Lei nº155/95, de 1 de Julho.

Em função do número de trabalhadores previstos para o desenvolvimento dos trabalhos do empreendimento, esta Comunicação Prévia ao IDICT não é obrigatória.

Data da Comunicação	
Endereço do Estaleiro	Travessa do Ciclo, Lixa – Felgueiras
Dono de Obra	Câmara Municipal de Felgueiras
Natureza da Obra	Elaboração do Projeto de Execução da Beneficiação / Ampliação da USF HYGEIA da Lixa
Autor do Projeto	Nome: Endereço:
Fiscal da obra	Nome: Endereço:
Técnico Responsável da Obra	Nome: Endereço:
Coordenador em Matéria de Segurança e Saúde de Projeto	Nome: Endereço:
Coordenador em Matéria de Segurança e Saúde de Obra	Nome: Endereço:
Diretor da Obra	Nome: Endereço:
Datas Previstas dos Trabalhos no Estaleiro	Data de início: Data de termo:
Estimativa do n.º máximo de	

trabalhadores no estaleiro	
N.º de empresas e trabalhadores independentes no estaleiro	
Identificação da (s) empresa (s) já selecionada (s)	

Horário de trabalho

O horário de trabalho será a definido pelo empreiteiro e submetido à aprovação do dono de obra. Esta informação deverá ser anexada a este documento e afixada em local visível no estaleiro.

Organograma funcional do empreendimento

As empresas intervenientes na obra devem ter organizados os seus serviços de segurança, higiene e saúde de acordo com o estabelecido no Decreto-Lei 26/94, de 1 de Fevereiro, com as alterações introduzidas pelo Decreto-Lei n.º 109/2000, de 30 de Junho, de modo a abranger todos os trabalhadores que nela prestam serviço.

O responsável pelos serviços de segurança, higiene e saúde no trabalho de cada empresa interveniente tem como função e objetivo a implementação das medidas necessárias para prevenir os riscos profissionais e promover a saúde dos trabalhadores.

Seguros de acidentes de trabalho

O Empreiteiro garantirá que todos os trabalhadores na sua dependência (quer direta quer indireta) empregues na obra, estejam cobertos por uma apólice de seguro de acidentes de trabalho que garanta, no mínimo, a cobertura a que se refere a Lei nº 100/97 de 13 de Setembro – “Regime Jurídico dos acidentes de trabalho e doenças profissionais”.

As empresas estão obrigadas a entregar em obra o documento comprovativo do seguro do seu pessoal, atualizado, sem o qual não poderão iniciar os trabalhos e que será anexado este documento. Os elementos de todos os seguros de acidentes de trabalho serão registados em mapa próprio que será afixado em local acessível, de forma a poder ser facilmente consultado.

REGISTO DE APÓLICES DE SEGURO DE ACIDENTES DE TRABALHO				
Dono de Obra:				
Endereço do Estaleiro:				
Registo n.º	Empresa ou trabalhador independente	Companhia de seguros	N.º da apólice	Validade da da apólice
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

(*) E = Empreiteiro; S = Subempreiteiro / Tarefeiro; TI = Trabalhador independente; (**) PF-CN = Prémio fixo com nomes; PF-SN = Prémio Fixo sem nomes; PV = Prémio Variável

Caracterização da Obra e da sua Envolvente

Características gerais do empreendimento

As constantes nos projetos respetivos.

Condicionantes existentes no local e na envolvente do estaleiro

O acesso ao estaleiro será efetuado diretamente do arruamento com o qual confina.

A localização da entrada no estaleiro será definida de modo a provocar perturbações mínimas no movimento de peões e de veículos no arruamento adjacente.

Descrição do processo construtivo e medidas de prevenção

A definir pelo empreiteiro.

Plano de trabalhos

O plano de trabalhos deverá ser elaborado pelo empreiteiro e integrado a este Plano de Segurança e Saúde.

Cronograma de mão-de-obra

O cronograma de mão-de-obra deverá ser elaborado pelo empreiteiro e integrado neste Plano de Segurança e Saúde.

Cronograma de equipamento

O cronograma de equipamento deverá ser elaborado pelo empreiteiro e integrado neste Plano de Segurança e Saúde.

Projeto do estaleiro

O plano de estaleiro deverá ser elaborado pelo empreiteiro e integrado neste Plano de Segurança e Saúde.

Ações para a Prevenção de Riscos

Plano de sinalização do estaleiro

A sinalização presente na obra deve ser de fácil compreensão e todos os trabalhadores devem ser informados sobre o significado e âmbito da sinalização presente.

A sinalização a implementar será *permanente* e de *obrigação* ou de *perigo*.

Sinalização de obrigação

- Obrigatório o uso de capacetes;
- Obrigatório o uso de luvas de proteção;
- Obrigatório o uso de botas de proteção.

Sinalização de perigo

- Perigo de queda;
- Perigo de queda de objetos.

Sinalização de aviso

- Atenção às cargas suspensas.

Sinalização de proibição

- Proibida a entrada a pessoas estranhas;
- Proibição de permanecer sob as cargas suspensas.

A implantação de cada um desta sinalização no estaleiro deverá ser proposta pelo empreiteiro e sujeita à aprovação do dono de obra.

Medidas de proteção coletiva

As medidas de proteção coletiva a observar na montagem do estaleiro, na execução das tarefas e na utilização dos equipamentos são definidas, em função dos riscos detetados, nas fichas de risco apresentadas em Anexo.

Na definição das medidas de proteção coletiva a implementar no estaleiro inclui-se também a definição dos equipamentos de proteção coletiva a utilizar e a sua implantação em obra. Os equipamentos de proteção coletiva que serão utilizados na obra são os que se apresentam seguidamente.

Guarda-corpos rígidos

Deverão ser colocados guarda-corpos durante a duração dos trabalhos nas zonas onde existirem desníveis que pela sua dimensão representem um risco para a segurança dos trabalhadores.

Os guarda-corpos rígidos, quando não pré-fabricados, são constituídos por elementos horizontais, verticais (montantes) e suportes (fixação ao elemento rígido da obra).

Os elementos horizontais deverão ser colocados a 0,45 e 1,00 metros acima do plano de trabalho. O rodapé terá 0,15 metros de altura, é colocado junto ao plano de trabalho. Estes elementos deverão estar solidamente fixados aos montantes.

Estes elementos deverão ter características que garantam com eficácia as exigências de estabilidade do conjunto.

Equipamentos de proteção individual

São considerados necessários para conseguir a diminuição dos riscos de acidente de trabalho e são formalmente declarados de uso obrigatório a todos os trabalhadores do estaleiro.

As condições de utilização destes equipamentos, nomeadamente no que se refere à sua duração, serão determinados em função da gravidade do risco, da frequência da exposição ao risco e das características de cada posto de trabalho.

Face à natureza dos trabalhos a realizar existirão em obra, em condições de serem distribuídos aos trabalhadores em bom estado de conservação, os meios de proteção individual que se descriminam:

- Capacete de proteção;
- Cintos/arnês de segurança;
- Óculos de proteção;
- Protetores auriculares;
- Máscaras de poeiras;
- Luvas de proteção mecânica;
- Calçado de proteção (com biqueira e palmilha de aço);

Na aquisição destes equipamentos ter-se-á em consideração, sempre que possível, a sua homologação.

No ato de entrega dos equipamentos de proteção individual aos trabalhadores deverá ser preenchida uma ficha de distribuição desses equipamentos, que será devidamente assinada e anexada a este documento.

Os equipamentos de proteção individual a utilizar pelos trabalhadores são apresentados, para cada tarefa, em Anexo.

DISTRIBUIÇÃO DE EQUIPAMENTOS DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL			
Empreiteiro:			
Obra:			
Endereço do estaleiro:			
Nome do trabalhador:			
Riscos (1)	Designação do E.P.I.	Receção (2)	Devolução (3)
		Data: ____/____/____ Ass: _____	Data: ____/____/____ Ass: _____
		Data: ____/____/____ Ass: _____	Data: ____/____/____ Ass: _____
		Data: ____/____/____ Ass: _____	Data: ____/____/____ Ass: _____
		Data: ____/____/____ Ass: _____	Data: ____/____/____ Ass: _____
		Data: ____/____/____ Ass: _____	Data: ____/____/____ Ass: _____

(1) Indicar códigos de acordo com a tabela abaixo; (2) Assinatura do trabalhador; (3) Assinatura de quem recebe a devolução

A PROTEGER	
1. Quedas ao mesmo nível 2. Queda de objetos 3. Queda por esmagamento 4. Esmagamento de pé 5. Cortes 6. Entalamentos 7. Objetos pontiagudos ou cortantes 8. Choque ao nível da perna 9. Exposição ao ruído 10. Exposição a poeiras 11. Iluminação	12. Pancadas na cabeça 13. Estilhaços 14. Proteção de partículas 15. Electrocussão 16. Queimaduras 17. _____ 18. _____ 19. _____ 20. _____ 21. _____
AÇÃO	
Declaro que recebi os Equipamentos de Proteção Individual acima mencionados, comprometendo-me a utilizá-los corretamente de acordo com as instruções recebidas, a conservá-los e a mantê-los em bom estado, bem como a participar todas as avarias ou deficiências de que tenha conhecimento. Data: ____/____/____, Ass: _____	

Responsável pela Fiscalização: Ass. _____	Responsável pelo Empreiteiro: Ass. _____
--	---

Plano de utilização e controlo dos equipamentos do estaleiro

O empreiteiro deverá realizar e anexar a este Plano de Segurança e Saúde um plano de utilização de equipamentos no estaleiro. Serão também anexadas a este plano fichas de análise de riscos de equipamentos que não se encontrem já analisados.

No plano de utilização de equipamentos no estaleiro deverão ser descritos quais os equipamentos a utilizar, quais as suas características e a localização temporal da sua utilização na obra.

Deverá ser realizada periodicamente uma inspeção de todos os equipamentos presentes no estaleiro.

Formação e informação aos trabalhadores

Nos termos da Lei-quadro sobre segurança, higiene saúde no trabalho constitui obrigação da entidade empregadora assegurar a formação e informação dos trabalhadores tendo em conta as funções que desempenham e o posto de trabalho que ocupam.

Deverão ser agendadas pelo empreiteiro ações de sensibilização que permitam transmitir aos trabalhadores a política de segurança da empresa e as medidas de prevenção e proteção para a obra em curso. É recomendável que estas ações de sensibilização tenham o seu início em conjunto com o início dos trabalhos, tenham carácter periódico e sejam de curta duração.

Para além destas ações de sensibilização de carácter geral deverão também ser previstas ações de sensibilização de carácter particular quando, durante a execução do empreendimento, forem admitidos novos trabalhadores ou introduzidos novos equipamentos.

Os acidentes podem, na sua maior parte, ser evitados se o pessoal envolvido na execução dos trabalhos dedicar a devida atenção às medidas de proteção adotadas no estaleiro e observar estritamente as disposições regulamentares em vigor e as presentes neste documento. Deste modo a formação e a sensibilização dos trabalhadores para o risco tem, do ponto de vista do dono de obra, extrema importância.

Plano de saúde dos trabalhadores

Todos os trabalhadores que mantenham, direta ou indiretamente, com o construtor uma relação de trabalho deverão estar abrangidos por um serviço de Medicina do Trabalho, conforme estipulado no DL 109/2000 de 30 de Junho.

O pessoal em obra será sujeito aos exames médicos obrigatórios, para confirmar a sua aptidão física e psíquica para o desenvolvimento das tarefas inerentes ao cargo/profissão e vigiar o seu estado de saúde.

Deverá existir um arquivo em obra, devidamente ordenado e atualizado, das fichas de aptidão médica de cada trabalhador.

Plano de emergência

A localização da obra confinante com uma Estrada Nacional, garante um acesso rápido das unidades de socorro e um tempo útil reduzido para o transporte à unidade de tratamento, em caso de acidente.

Deverão ser feitas diligências no sentido de permitir aos trabalhadores conhecer com rigor todos os procedimentos a adotar no caso de necessidade de evacuação urgente de sinistrados.

O empreiteiro manterá em locais bem visíveis e perfeitamente identificáveis, a folha de registo da listagem de números de telefone de emergência:

- Número Nacional de Socorro – SOS - 112
- Bombeiros Voluntários da Lixa – 255 491 115
- Guarda Nacional Republicana – 255 490 180
- Hospital Agostinho Ribeiro, Felgueiras – 255 922 040

Os procedimentos em caso de acidente grave:

- 1 - O acidentado deverá ser transportado do estaleiro em ambulância para o hospital mais próximo com serviço de urgência 24h por dia;
- 2 - Deve ser comunicado ao hospital, o mais rapidamente possível, as causas e consequências do acidente. Devem ser dadas as informações:
 - localização do acidente;
 - tipo de acidente e suspeita de ferimento.

Cuidados a ter em caso de Acidente

- 1 - Deve ser mantido o acidentado em posição confortável até à chegada da equipa médica;
- 2 - A área do acidente deverá permanecer intacta de modo a permitir investigar as causas do acidente, sendo apenas permitida qualquer intervenção nesta área se tal for necessário para socorrer o acidentado ou para tornar a área segura.

Estes procedimentos devem ser reavaliados e revistos sempre que alterações às condições de base a isso obriguem.

Ações de prevenção específicas a cada tarefa

Em Anexo apresentam-se as fichas de risco referentes à montagem do estaleiro, à execução de cada tarefa e à utilização dos equipamentos.

Registo de acidentes de trabalho

A ocorrência de um acidente (leve, grave ou mortal) deve ser registada e as suas causas analisadas. Para tal é utilizada a ficha modelo que se apresenta seguidamente.

Em caso de ocorrência de acidente que provoque lesão grave ou morte de algum dos trabalhadores deve ser feita a sua comunicação ao Instituto de Desenvolvimento e Inspeção das Condições de Trabalho, pelo empregador, no prazo de 24 horas.

Obra: Endereço do Estaleiro: Dono de Obra:		
Dados do sinistrado: Nome _____ Estado civil: _____ Idade: ____ Sexo: _____ Morada: _____ Categoria profissional: _____ Empresa: _____ Número: _____ Data de admissão ao serviço: ____/____/____ Comp. de seguros: _____		
Dados do acidente: Data e hora do acidente: ____/____/____ às ____ horas; Quantos sinistrados no acidente: ____ Testemunhas: _____ Local do acidente: ☐ Domicílio→Trabalho; ☐ Trabalho→Domicílio; ☐ Fora do estaleiro; ☐ Dentro do estaleiro; Onde: _____ Descrição sumária do acidente: _____ Medidas de prevenção adoptadas: _____		
Destino do sinistrado: Data: ____/____/____; às ____ horas; ☐ Hospital _____ ☐ Posto médico _____		
Causa do acidente: ☐ Contacto com substâncias nocivas ☐ Queda em altura ☐ Queda ao mesmo nível ☐ Queda de objetos ☐ Atropelamento ☐ Capotamento ☐ Colisão de veículos ☐ Esforço físico excessivo ☐ Intoxicação ☐ Choque com objetos ☐ Movimento em falso ☐ Soterramento ☐ Compressão por um objeto ou entre objetos ☐ Contacto com energia elétrica ☐ Contacto com temperaturas extremas ☐ _____ ☐ _____		
Tipo de Lesão: ☐ Amputação ☐ Asfixia ☐ Luxação ☐ Esmagamento ☐ Entorse ☐ Distensão ☐ Contusão ☐ Fratura ☐ Ferida / Golpe ☐ Traumatismo ☐ Queimadura ☐ Electrocussão ☐ Lesões múltiplas ☐ Concussão / Lesões internas ☐ _____ ☐ _____		
Local das Lesões: ☐ Cabeça, exceto olhos ☐ Membros superiores ☐ Mãos ☐ Olhos ☐ Ouvidos ☐ Pés ☐ Tronco ☐ Braços ☐ Pernas ☐ Localizações múltiplas ☐ _____ ☐ _____		
Consequências do acidente: ☐ Sem incapacidade Regresso ao trabalho em ____/____/____ ☐ Incapacidade temporária absoluta ☐ Incapacidade permanente ____% ☐ Morte		
Observações: _____ _____ _____		
Encarregado: Data: ____/____/____ Assinatura: _____	Responsável pela fiscalização: Data: ____/____/____ Assinatura: _____	Responsável pelo empreiteiro: Data: ____/____/____ Assinatura: _____

Anexo I: Avaliação de Riscos em Estaleiros**Fichas de avaliação de riscos em estaleiros**

Riscos associados	Medidas de prevenção e proteção
Delimitação do estaleiro - Acidentes por falta de visibilidade; - Atropelamento; - Queda ao nível; - Queda de objetos; - Electrocussão por aparecimento accidental de corrente; - Acidentes envolvendo pessoas estranhas à obra.	- Escolher o material (tipo e cor) da vedação em função do meio envolvente. Se as vedações forem metálicas devem estar ligadas à terra; - Utilização de sinalização adequada (de Segurança e Rodoviária); - Implantar corretamente a vedação, não deixando chapas salientes, pontas de ferro ou qualquer outro material pontiagudo que possa constituir perigo para terceiros.
Condições do estaleiro - Insalubridade; - Incomodidade; - Colisão; - Atropelamento; - Queda ao nível; - Queda de objetos; - Desorganização; - Dificuldade de acesso.	- Manter o estaleiro em ordem; - Garantir o estado de salubridade; - Guardar distâncias de segurança entre as vias ou zonas de circulação de veículos e os postos de trabalho ou zonas de deslocação de peões; - Guardar distâncias de segurança na movimentação dos veículos e de equipamentos e na movimentação dos diferentes materiais; - Recolher os resíduos e escombros e evacuá-los com rapidez; - Prestar informação aos trabalhadores sobre organização do estaleiro e exigir o seu cumprimento.
Zona de acesso e circulação - Colisão; - Atropelamento; - Queda.	- As vias e saídas de emergência devem permanecer desobstruídas e conduzir o mais diretamente possível a uma zona de segurança; - As vias de circulação devem estar em bom estado de conservação; - Devem ser demarcadas as zonas de estacionamento adequadas aos veículos em obra de modo a que estes não prejudiquem a circulação dentro do estaleiro.
Armazéns / instalações sociais - Deterioração; - Queda de objetos; - Queda ao mesmo nível; - Entalamento; - Incêndios; - Explosão; - Atropelamento; - Electrocussão; - Doenças e infeções.	- Os materiais devem ser armazenados de acordo com as suas características e com as normas técnicas de homologação ou as recomendações do fabricante; - O armazenamento deve ser organizado por zonas de condicionamento; - A sobreocupação do espaço deve ser evitada. Se os materiais forem armazenados em pilha esta não deve exceder os 2.00 metros; - Os materiais com perigosidade acrescida (explosivos, combustíveis, diluentes, etc) devem ser armazenados em local próprio; - Fazer uma revisão periódica da rede elétrica do estaleiro; - Colocação de extintor de pó químico tipo ABC nas instalações do estaleiro; - Proibição de fumar ou fumar.

Riscos associados	Medidas de prevenção e proteção
Implantação de equipamentos fixos de elevação e de produção	
- Quedas em altura; - Quedas de materiais; - Queda de equipamento; - Entalamento; - Cortes; - Electrocussão.	- Os equipamentos devem ser verificados previamente para aferir do seu bom estado de conservação; - Os equipamentos devem ser implantados em locais de fácil acesso e onde não prejudiquem o desenvolvimento da obra; - Os equipamentos devem ser operados por trabalhadores especializados; - A implantação da grua deve observar os requisitos: estabilidade do terreno e inexistência de linhas de alta ou baixa tensão no seu raio de ação; - Deve estar afixada qual a carga máxima dos equipamentos de elevação.
Zona de depósito de resíduos sólidos e escombros	
- Insalubridade; - Desorganização; - Perturbações na circulação.	- Deve existir no estaleiro da obra uma zona de depósitos de resíduos sólidos e escombros; - O acesso a este depósito deve encontrar-se em bom estado de utilização de modo a permitir a evacuação por meios mecânicos, sendo tal evacuação articulada com o funcionamento do estaleiro; - Os materiais deste depósito devem ser removidos para um depósito final periodicamente.

Anexo II: Avaliação de Riscos na Execução das Tarefas**Fichas de avaliação de riscos na execução das tarefas**

Materiais utilizados	Equipamentos utilizados	Riscos associados	Medidas de prevenção e proteção
Operação: Escavação			
	- Retroescavadora; - Camião.	- Queda de altura; - Esmagamento; - Soterramento; - Capotamento.	- O coroamento dos taludes deve ser sinalizado e sempre respeitado; - Dotar os taludes de uma determinada inclinação ou, se não for possível criar essa inclinação, executar um escoramento de sustentação provisória das terras cujas dimensões serão dependentes do tipo de solo, da altura de escavação e sobrecargas a suportar; - Não serão depositados materiais nem será permitida a circulação de veículos numa faixa de 1,20m adjacente aos bordos da escavação; - Não permitir a circulação de pessoas junto da zona de ação das máquinas; - Os caminhos de circulação de máquinas e máquinas devem estar bem definidos e delimitados de modo a minimizar ou, se possível, eliminar os efeitos das vibrações por eles introduzidos no terreno; - Não carregar camiões com elementos que possam rolar para além dos taipais; - Utilizar máquinas com proteção do tipo FOPS e ROPS.
Operação: Movimentação de cargas pesadas			
	- Camião; - Grua. - Grua-automóvel.	- Queda de objetos; - Choque com objetos; - Esmagamento; - Entalamento; - Cortes;	- Estudo prévio da estrutura e da qualidade dos apoios; - Utilizar manobreadores habilitados e conhecedores dos equipamento de elevação; - Acesso ao local condicionado a trabalhadores especializados e envolvidos nas operações de movimentação; - Proibir a permanência de pessoas sob as cargas suspensas - Manter a carga em estado de equilíbrio no movimento, utilizando, se necessário, cordas de orientação desse movimento; - Os ganchos de suspensão devem estar protegidos por fechos de segurança; - Devem ser feitas as verificações: a) peso das cargas/capacidade de carga do equipamento de elevação; b) limitadores de curso/carga; c) estado de conservação dos cabos, lingas e estropos d) ângulo dos estropos ou lingas, para confirmar que não é excedida a sua carga máxima de utilização (a tensão nos cabos aumenta com o ângulo); - Utilizar o equipamento de proteção individual adequado (capacete e luvas de proteção e botas com biqueira e palmilha de aço).
Operação: Execução de alvenarias			
- Tijolo; - Argamassa.	- Colher de trolha; - Fio de prumo; - Betoneira; - Gamela.	- Dermatoses; - Quedas do mesmo nível; - Queda em altura; - Queda de materiais; - Esmagamento.	- Limpeza e organização das zonas de trabalho; - Boa iluminação das zonas de trabalho; - As operações de descarga de materiais nos pisos devem ser supervisionadas por pessoa responsável e instruída para tal; - Manter as proteções perimetrais até à execução das paredes exteriores ou até ser assegurada outra proteção adequada; - Munir as plataformas de receção de materiais de guarda-corpos (laterais e frontais); - Utilização do equipamento de proteção individual.

Materiais utilizados	Equipamentos utilizados	Riscos associados	Medidas de prevenção e proteção
Operação: Pinturas			
- Tinta; - Verniz; - Diluente.	- Ferramenta manuais;	- Queda do mesmo nível; - Queda de altura; - Queda de materiais; - Projeções; - Intoxicações.	- Criar locais de armazenagem isolados do resto das instalações com as condições necessárias ao armazenamento temporário de produtos de pintura; - Deverá ser feita uma gestão de stocks de modo que exista em obra a quantidade mínima necessária para o desenvolvimento dos trabalhos. Para as frente de trabalho apenas deverão ser transportadas as quantidades necessárias para as tarefas de um dia; - Os produtos deverão ser mantidos na sua embalagem original. Se for necessário trocar de embalagem esta deverá ser devidamente etiquetada; - As operações de transfeira, se forem necessárias, deverão ser efetuadas lentamente, de pequena altura e longe de fontes de ignição; - Os locais de aplicação deverão estar bem ventilados; - É proibido fumar ou foguear na zona de trabalhos; - Se forem utilizadas plataformas de trabalho estas deverão estar de acordo com o disposto neste documento para a utilização desse equipamento; - É proibido o despejo de restos e resíduos na rede de drenagem de esgotos da obra.
Operação: Movimentação manual de cargas			
		- Lesões musculares e das articulações devidos a sobreesforços ou movimentos incorretos; - Choque com objetos; - Queda de objetos; - Quedas do mesmo nível; - Entalamento.	- O trabalhador deve ser informado sobre a posição correta de trabalho, tendo em atenção a sua capacidade muscular e considerando alguns aspectos como: o equilíbrio, utilização do peso do corpo e da força das pernas, a direção de lançamento da carga e a colocação adequada das mãos; - Execução do trabalho em equipa; - Não transportar em carro de mão cargas longas ou que impeçam a visão; - Utilização dos equipamentos de proteção adequados (luvas de proteção mecânica, calçado e capacete de proteção); - Manter as zonas de circulação arrumadas.
Operação: Transporte de materiais a depósito			
	- camião	- Atropelamento de pessoas; - Capotamento e colisão; - Entalamento; - Queda de materiais; - Inalação de poeiras; - Ruído e vibrações.	- Não permitir a aproximação de pessoas à zona de movimentação de máquinas e camiões; - Definir caminho de circulação quer de viaturas quer de pessoas - Os acessos e circulações devem ser mantidos limpos; - Não carregar os camiões com elementos que pela sua instabilidade possam rolar para além dos taipais; - As manobras de máquinas e camiões envolvidos nos trabalhos deverão ser orientadas por um trabalhador experiente; - É proibido o transporte de pessoas na caixa de carga bem como pendurados no lado de fora da cabine; - Observação das regras do Código da Estrada.

Anexo III: Avaliação de Riscos na Utilização de Equipamentos**Fichas de avaliação de riscos na utilização de equipamentos**

Riscos associados	Medidas de prevenção e proteção
Pá carregadora Rectro-escavadora	
- Queda de altura; - Esmagamento; - Electrocussão; - Choque com operários; - Choque com máquinas; - Capotamento; - Queda e projeção de materiais; - Queda de operários da cabine.	- Colocação de sinalização; - Limitação e sinalização da zona de trabalho da máquina; - Proibição de trabalhar com máquinas em desníveis excessivos e com terreno que não garanta segurança; - Proibir a sua circulação em zonas onde não está previsto o seu uso; - Não circular a velocidades consideradas excessivas; - Informar o condutor da circulação de outras máquinas que possam interferir na manobra; - A máquina estará munida de todos os elementos de segurança, em especial os luminosos e avisos sonoros de marcha atrás; - Evitar carregar excessivamente a pá e fazer movimentos bruscos.
Camião basculante	
- Esmagamento; - Choque com operários; - Choque com máquinas; - Capotamento; - Queda de operários da cabine; - Colisão.	- Colocação de sinalização; - Proibir a sua circulação em zonas onde não está previsto o seu uso; - Não circular a velocidades consideradas excessivas; - Informar o condutor da circulação de outros veículos que possam interferir na manobra; - Revisão periódica de travões e pneus; - A caixa deve ser baixada antes de iniciar as manobras; - É proibido o transporte de pessoas na caixa de carga bem como pendurados no lado de fora da cabine; - As manobras devem ser dirigidas por um operário no exterior.
Escadas de mão	
- Queda.	- A escada deve ultrapassar em 1,00m o seu ponto de apoio superior; - A escada deve ter apoio antiderrapante ou ser eficazmente calçada na base; - Deverá ser criada amarração ou apoio que evite deslizamento lateral da escada; - As escadas deverão estar dotadas de corrimão e guarda-cabeças a partir de 2,00m de altura; - A distância que vai do apoio inferior à prumada do apoio superior deverá ser mais ou menos um quarto da altura medida entre a base da escada e esse apoio; - Devem ser utilizadas preferencialmente escadas em alumínio; - As escadas de madeira não poderão ser pintadas ou tratadas com produtos que possam ocultar defeitos na madeira; - Os degraus deverão manter obrigatoriamente uma distância uniforme entre si; - O trabalho sobre escadas é proibido.

Anexo IV: Equipamentos de Proteção Individual

Distribuição de equipamento de proteção individual

Categoria Profissional	Equipamento de uso permanente	Equipamento de uso temporário
Diretor de obra Encarregado Chefe de equipa	- Capacete de proteção; - botas de palmilha e biqueira de aço.	- Protetores auriculares.
Pedreiro	- Capacete de proteção; - botas de palmilha e biqueira de aço; - Luvas de proteção mecânica.	- Protetores auriculares; - Luvas de proteção química; - Óculos de proteção; - cinto de segurança.
Servente	- Capacete de proteção; - botas de palmilha e biqueira de aço; - Luvas de proteção mecânica.	- Protetores auriculares; - Máscara filtrante anti poeira; - Óculos de proteção; - cinto de segurança.
Pintor	- Capacete de proteção; - botas de palmilha e biqueira de aço.	- Máscara filtrante antigás; - Óculos de proteção.
Condutor manobrador	- botas de palmilha e biqueira de aço.	- Capacete de proteção; - Protetores auriculares.