
PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE (PSS)

1 – OBJECTIVOS

Pretende o P.S.S. minimizar o número de acidentes no estaleiro do empreendimento/obra, prevendo os riscos e preconizando medidas de prevenção. Para tal defende-se o empenhamento de todos os intervenientes no processo construtivo, para que, de forma conjunta e solidária se assuma colectiva como resultado de um processo dinâmico de metodologia de trabalho, prevendo os riscos inerentes a cada operação de construção e adoptando atempadamente a aplicação de princípios e técnicas de prevenção.

Neste sentido dinâmico de trabalho, entende-se este documento como susceptível de ser alterado e actualizado sempre que tal se justifique, face às condicionantes e evolução da obra.

O presente Plano de Segurança e Saúde visa, também, a implementação de medidas de Prevenção de Segurança e Saúde dos trabalhadores dando cumprimento às exigências da legislação aplicável em Estaleiro da Construção Civil.

Pretende-se com a sua implementação melhorar as condições de segurança no trabalho, com o objectivo fundamental de, prevendo os riscos e eliminando-os, conseguir uma diminuição significativa dos Índices de Sinistralidade com o consequente aumento de produtividade.

Conscientes que para atingir este objectivo 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 saúde, incluindo a de todos os trabalhadores ou terceiros que possam ser afectados pelas suas acções, caracterizando este Plano de Segurança e Saúde como um documento do trabalho.

Dar cumprimento ao previsto no Decreto-Lei nº 273/2003 de 29 de Outubro e Portaria nº 101/96 de 3 de Abril que o regulamenta, no qual se estabelece que a “abertura do estaleiro só pode ter lugar desde que o Dono de Obra disponha de um plano de segurança e saúde que estabeleça as regras a observar no mesmo”.

Torna-se indispensável que o construtor desenvolva e adapte o presente PSS aos meios e métodos de execução de que dispõe efectivamente para a execução da obra, submetendo-o à aprovação do Dono de Obra.

Construir em segurança é construir com qualidade, com mão de obra mais bem preparada, com equipamentos mais evoluídos e controlados, com processos construtivos mais eficazes, com melhor capacidade de previsão e em consequência, com melhor rendimento, maiores benefícios e maior qualidade de vida.

O verdadeiro objectivo de todos os intervenientes neste processo será ZERO ACIDENTES, porque não há lógica em qualquer actuação que se contente em diminuir o número de acidentes e o número de mortes, numa visão meramente estática e redutora.

1.2 IDENTIFICAÇÃO DOS RESPONSÁVEIS PELA PREPARAÇÃO E APROVAÇÃO DO PSS – SUA DISTRIBUIÇÃO

1.2.1 – Elaboração do Plano de Segurança e Saúde

***Nome:** João Carlos Chin Correia Pinto

1.2.2 – Data de Execução:

O presente Plano de Segurança e Saúde foi elaborado em Junho de 2020

1.2.3 Prazos de execução da empreitada.

3 anos.

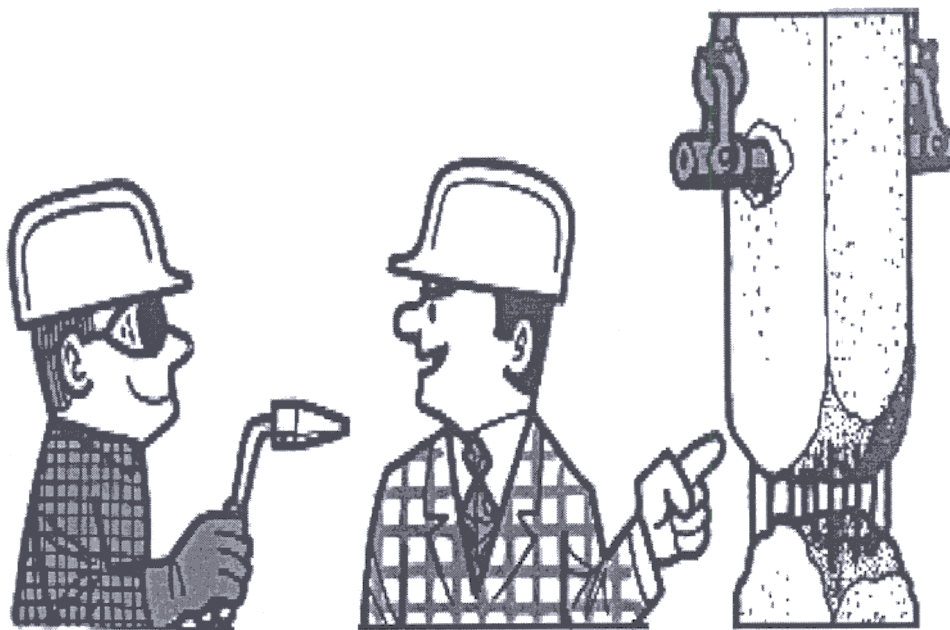
**FOLHA DE DISTRIBUIÇÃO
DO PLANO DE SEGURANÇA**

PLANO DE DISTRIBUIÇÃO	NOME	ASSINATURA	EXEMPLAR N.º
Responsável pela Gestão da Obra			
Responsável pela Fiscalização da Obra			
Coordenador de segurança da obra			
Responsável pela execução da obra			

2 – DESCRIÇÃO DA OBRA

2.1 Introdução

1- INFORMAÇÃO AOS TRABALHADORES



2- PLANEAMENTO DOS TRABALHOS

O uso do capacete de protecção é obrigatório para os trabalhos de demolição.

Os trabalhadores não podem estar a trabalhar em alturas diferentes sem que esteja assegurada a segurança daqueles que se encontram num plano inferior .

2 - Condicionalismos vários

2.1 - O clima é temperado, com características próprias da Zona norte Litoral do País: índice de pluviosidade elevado, acentuadas amplitudes térmicas.

2.2 – Serviços afectados

Este trabalho terá uma especificidade própria, repavimentação do jardim, sendo de prever a correcta delimitação de todo o perímetro da obra.

2.3 – Estaleiro

A implantação, será apresentada pelo adjudicatário.

3 – Disposições Particulares

3.1 – Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho

- 3.1.1 – O Adjudicatário obriga-se a implementar o Plano de Segurança e Saúde (PSS) do Dono da Obra, sob supervisão do Coordenador da obra em matéria de Segurança, aprofundando-o e adaptando-o aos meios, de que dispõe para a execução da obra e sujeitando-o sempre à aprovação da Fiscalização.
- 3.1.2 Para a implementação do PSS, o Adjudicatário deverá designar um responsável pela prevenção de riscos profissionais e outros, relacionados com a execução da empreitada, o qual responderá, em primeira instância, perante o Coordenador de Segurança, nomeado pelo Dono da Obra.
- 3.1.3 O empreiteiro fica sujeito ao cumprimento das disposições legais e regulamentares em vigor sobre segurança, higiene e saúde no trabalho relativamente a todo o pessoal empregado na obra, sendo da sua conta os encargos de que tal resultem.
- 3.1.4 O empreiteiro é ainda obrigado a acautelar, em conformidade com as disposições legais e regulamentares aplicáveis, a vida e a prestar-lhe a assistência médica de que careça por motivo de acidente de trabalho.
- 3.1.5 Em caso de negligência do empreiteiro no cumprimento das obrigações estabelecidas nas cláusulas 3.1.3 e 3.1.4 a fiscalização poderá tomar, à custa dele, as providências que se revelem necessárias, sem que tal diminua as responsabilidades do empreiteiro.
- 3.1.6 O empreiteiro apresentará, antes do início dos trabalhos e, posteriormente, sempre que a fiscalização o exija apólices de seguro contra acidentes de trabalho relativamente a todo o pessoal.
- 3.1.7 Das apólices constará uma cláusula pela qual a entidade seguradora se compromete a mantê-las válidas até à conclusão da obra e ainda que, em caso de impossibilidade de tal cumprir por denegação no decurso desse prazo, a sua validade só terminará 30 dias depois de ter feito ao dono da obra a respectiva comunicação.
- 3.1.8 As condições estabelecidas de 3.1.1 a 3.1.7 abrangem igualmente o pessoal dos subempreiteiros que trabalhem na obra, respondendo plenamente o empreiteiro, perante fiscalização, pela sua observância.

4 – Assistência médica a sinistrados

Para prestação dos primeiros socorros em caso de acidente, existe em obra, estojo de primeiros socorros devidamente equipado, sob a responsabilidade das chefias directas, cujo conteúdo será mantido permanentemente operacional.

Os casos de maior gravidade serão encaminhados através do 112 ou dos bombeiros para os Hospitais ou clínicas mais próximas.

Sempre que o estado do sinistrado o permita será dada preferência ao seu encaminhamento para os serviços clínicos da respectiva seguradora. Para tal devem os Administrativos do adjudicatário manter actualizado o mapa de registo de elementos do seguro de cada subempreiteiro em obra, que ficará em lugar visível, junto aos telefones de emergência.

Desses mapas deverão ser fornecidos cópias actualizadas ao Coordenador da obra em matéria de Segurança.

Nas instalações administrativas, junto à central telefónica, e em local bem visível, serão afixadas:

Telefones úteis

Instruções a seguir em caso de acidente
Mapa de seguros

5 – Seguros de acidentes de trabalhos

5.1 – Empreiteiro e subempreiteiro

Todos os trabalhadores em obra terão de estar cobertos por um seguro de acidentes de trabalho da empresa a que estão vinculados.

Assim, todos os subempreiteiros deverão entregar obrigatoriamente em obra o documento comprovativo do seguro de acidente de trabalho em vigor, sem o qual não poderão iniciar os trabalhos (de acordo com o estipulado nas condições gerais de segurança, higiene e saúde no trabalho, parte integrante dos contratos de adjudicação das subempreitadas).

Os elementos dos seguros estarão registados em mapa próprio que afixado na área administrativa.

6 – Formação e sensibilidade

Em sensibilização do pessoal para as questões de prevenção, higiene e segurança no trabalho será feita procurando motivar um empenhamento permanente e comportamentos responsáveis e seguros de parte de cada um.

Das acções de sensibilização e formação será sempre mantido informado o Coordenador da obra em matéria de Segurança.

Para atingir este objectivo geral deverão usar-se os seguintes meios por grupos de pessoas especificados:

a) Palestras

- Pessoas da obra

Pequenas palestras mensais tratando um tema específico sob a coordenação do director da Obra e do Técnico de Prevenção de Segurança.

Duração $\pm$ 15 minutos

Destinatários: todo o pessoal executante devendo estar presentes os Encarregados, Chefias Directas e Director de Obra.

- Manobreadores de equipamento

Palestra específica para o pessoal condutor e manobrador de equipamentos

Duração $\pm$ 1,5 hora

Coordenação e preparação: Director de Obra, Técnico de Prevenção e Segurança.

- Subempreiteiros e seus representantes em obra

Reunião prévia com o Director da Obra, na data da preparação da entrada em obra, onde serão especificadas as principais regras a observar pelo subempreiteiro e respectivo pessoal na zona da obra. Importante falar sobre as condições gerais de segurança, higiene e saúde no trabalho constantes do contrato de adjudicação da subempreitada.

Reuniões periódicas sempre que o Director de Obra ou técnico de Prevenção e Segurança entendam justificável.

- Encarregados e Chefias Directas

Deverão ser efectuadas reuniões periódicas para abordagem e estudo da aplicação das medidas preventivas adaptadas às características da obra.

b) Meio Auxiliares

No desenvolvimento das palestras atrás caracterizadas, deverão ser usados meios audiovisuais de apoio, nomeadamente o vídeo/televisão de modo a mostrar imagens que apresentem conteúdo susceptível de motivar a maior preocupação pela prevenção.

Par suporte das palestras, serão preparados folhetos temáticos a distribuir regularmente pelo pessoal em obra.

7 – Medicina do trabalho

De acordo com exigências legais em vigor (D.L. 441/91; D.L. 26/94 e Lei 7/95), o pessoal do Adjudicatário deverá ser sujeito regularmente aos exames médicos obrigatórios, para confirmar a sua aptidão às tarefas inerentes ao cargo/profissão e vigilância do estado de saúde. Sempre e quando se justificar, será solicitada a deslocação à obra de uma equipa médica com vista à execução dos exames médicos.

Procurar-se-á que o pessoal dos subempreiteiros esteja abrangido pela medicina no trabalho num dos moldes definidos no D.L. 26/94 e Lei 7/95.

Ver horário de trabalho, afixado no escritório da obra, conforme imperativo legal.

8 – Regulamentação aplicável:

Dec. Lei 41820 de 11 de Agosto de 1958 – Estabelece a fiscalização e infracções às normas de segurança para protecção do trabalho nas obras de construção civil.

Dec. Lei 41821 de 11 de Agosto de 1958 – Aprova o regulamento de segurança no trabalho da construção civil.

Dec. Lei 46427 de 10 de Julho de 1965 – Regulamenta as instalações provisórias destinadas ao pessoal empregado nas obras de construção civil.

Dec. Lei 479/85 de 13 de Novembro – Exposição a agentes cancerígenos – fixação de agentes cancerígenos.

Dec. Lei 105/91 de 08 de Março – Protecção de operadores e utilizadores de máquinas e materiais de estaleiro.

Dec. Lei 103/2008 de 24 de Junho – Regulamenta a colocação no mercado e entrada em serviço das máquinas.

Dec. Lei 182/2006 de 06 de Setembro – Relativo à protecção dos trabalhadores contra riscos devido à exposição ao ruído durante o trabalho.

Dec. Lei 128/93 de 22 de Abril – Estabelece as exigências técnicas de segurança a observar pelos equipamentos de protecção individual (alterado pelo DL 374/98 de 24 de Novembro nos artigos 1º, 3º e 5º e DL 139/95 de 14 de Junho de nos artigos 1º, 2º, 8º e 9º).

Dec. Lei 113/93 de 10 de Abril – Segurança dos materiais de construção (alterado pelo DL 4/2007 de 08 de Janeiro nos artigos 1º a 13º).

Dec. Lei 330/93 de 25 de Agosto – Movimentação manual de cargas (alterado pela Lei 113/99 de 03 de Agosto no artigo 10º - Contra-ordenações.

Dec. Lei 50/2005 de 25 de Fevereiro – Relativo às prescrições mínimas de segurança e de saúde na utilização de equipamentos de trabalho.

Dec. Lei 347/93 de 01 de Outubro – Prescrições mínimas de segurança e saúde nos locais de trabalho

Dec. Lei 348/93 de 01 de Outubro – Prescrições mínimas de segurança na utilização de equipamentos de protecção individual.

Dec. Lei 362/93 de 15 de Outubro – Estabelece as regras relativas à informação estatística sobre acidentes de trabalho e doenças profissionais.

Dec. Lei 141/95 de 14 de Junho – Estabelece as prescrições mínimas para a sinalização de segurança no trabalho.

Dec. Lei 273/2003 de 29 de Outubro – Relativo às prescrições mínimas de segurança e saúde a aplicar nos estaleiros temporários ou móveis.

Dec. Lei 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.

Dec. Lei 50/2005 de 25 de Fevereiro – Transpõe para a ordem jurídica interna a Directiva nº 2001/45/CE, de 27 de Junho, relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde para a utilização pelos trabalhadores de equipamentos de trabalho, e revoga o DL n.º 82/99, de 16 de Março

Dec. Lei 159/99 de 11 de Maio – Regulamenta a Lei 100/97 de 13 de Setembro, no que respeita ao seguro de acidentes de trabalho para os trabalhadores independentes.

Dec. Lei 133/99 – Altera o Dec. Lei 441/91 de 14 de Novembro.

Lei 102/2009 de 10 de Setembro – Regime jurídico da promoção da Segurança e Saúde no Trabalho.

Lei 7/2009 de 12 de Fevereiro – Aprova a revisão do Código do Trabalho.

Lei 98/2009 - Regime de reparação de acidentes de trabalho e de doenças profissionais, incluindo a reabilitação e reintegração profissionais, nos termos do artigo 284.º do Código de Trabalho aprovado pela Lei n.º 7/2009, de 12 de Fevereiro.

Dec. Regulamentar 22-A/98 de 01 de Outubro – Aprova o regulamento de sinalização de trânsito.

Portaria 987/93 de 6 de Outubro – Estabelece as normas técnicas de execução do Dec. Lei 347/93 de 1 de Outubro.

Portaria 988/93 de 6 de Outubro – Estabelece a descrição técnica do equipamento de protecção individual.

Portaria 1131/93 de 04 de Novembro – Estabelece as exigências essenciais relativas à saúde e segurança aplicáveis nos equipamentos de protecção individual.

Portaria 1456-A/95 de 11 de Dezembro – Regulamenta as prescrições mínimas de colocação e utilização da sinalização de segurança e saúde no trabalho.

Portaria 101/96 de 3 de Abril – Regulamenta o Dec. Lei 155/95 de 1 de Julho.

Portaria 109/96 de 10 de Abril – Altera os anexos I,II,IV e V da portaria 1131/93 de 04 de Novembro.

Portaria 695/97 de 19 de Agosto – Altera os anexos I e V da portaria 1131/93 de 04 de Novembro.

9 – Organização dos serviços S.H.S.T. da empresa

9.1 – Primeiros Socorros

A obra disporá de uma caixa de primeiros socorros, localizada nos escritórios, com material necessário à prestação de primeiros socorros no caso de ferimentos ligeiros. No caso de ferimentos graves, serão observadas as instruções de alerta e pedido de auxílio de emergência ao exterior.

9.2 – Pedido de auxílio de emergência

No escritório da obra existirá uma folha modelo onde constam os números de telefone de entidades a contactar no exterior em caso de acidente grave, ou de anomalias que perturbem o normal funcionamento dos trabalhos.

9.3 – Participação de acidente

Todos os acidentes que ocorram em obra, e pela sua gravidade impliquem o recurso a assistência médica, hospitalar, ou outra no exterior, serão participadas às respectivas seguradoras dos empreiteiros ou subempreiteiros.

9.4 – Seguro de acidentes de trabalho de subempreiteiros, trabalhadores independentes e outros intervenientes na execução da obra.

Nome da empresa ou trabalhador independente *	Companhia de seguros	Número da Apólice	Validade da Apólice	Modalidade		

SEGURO DA ACIDENTES PESSOAIS DE TRABALHO

PC – Seguro com nomes (específico e nominal para um conjunto de pessoas)

PS – Seguro sem nomes (não específico, tem nº. global por categorias)

PF – Seguro de folha de férias (faz-se estimativa dos segurados e apresenta-se a folha de férias após).

10 – Métodos e processos construtivos.

A consultar em obra, nos dossiers de cada empreiteiro.

11 – Caracterização do empreendimento

11.1 - Técnicos responsáveis pelos projectos

Maria Alexandra Pereira Pinto

11.2 - Empreiteiro Principal

Obra ainda não adjudicada

12 - Mapa de Quantidades

O mapa de quantidades de trabalhos do empreendimento correspondente ao plano de trabalhos a executar, encontra-se arquivado no serviço administrativo da empresa projectista.

13 - Organização do estaleiro

13.1 - Sinalização

A sinalização a implementar em obra será do tipo “sinalização de segurança”, “sinalização rodoviária” e placas de simples informação.

A sua implementação está indicada na planta competindo ao técnico de prevenção a definição do local exacto em obra onde deverá ser aplicada.

As características das placas sinalizadoras estarão de acordo com a Portaria nº. 1456-A/95 e decreto regulamentar nº. 33/88 consoante se trate de sinalização de segurança ou rodoviária. O material e restantes características dos sinais de simples informação, obedecerão, na generalidade, ao referido na legislação citada, com excepção das dimensões que serão adaptadas ao tipo de mensagem a transmitir.

13.2 - Instalações de apoio

Parque de Materiais

Destina-se ao estacionamento ao ar livre de materiais diversos que se destinam a ser aplicados em obra.

14 – Planos especiais

14.1 – Plano de protecções colectivas

Os equipamentos de protecção colectiva a implementar em obra serão geridos de acordo com os avanços do trabalho e tendo em conta os riscos associados ao mesmo.

14.2 – Plano de protecções individuais

Muito embora os equipamentos de protecção colectiva apareçam referenciados na coluna “medidas de prevenção”, da ficha de avaliação de riscos por operações, torna-se difícil sua distribuição aos trabalhadores com base nesse critério já que muitas das operações são curtas no tempo, o que originaria algumas vezes, mais do que uma distribuição por dia de trabalho.

Deste modo, e sem deixar de privilegiar aquela análise, optou-se por, para algumas categorias profissionais, criar um conjunto de Equipamentos de Protecção Individual (EPI’s) a distribuir independentemente das tarefas a desenvolver.

Tal atitude encontra justificação no facto das operações desenvolvidas por aquele grupo de trabalhadores envolverem quase sempre, o mesmo tipo de protecção individual.

Para facilitar a distribuição de EPI’s e ao mesmo tempo fornecer dados para a gestão provisional de stocks, no acto de entrega de equipamentos de protecção individual, cada trabalhador será informado dos riscos que cada EPI visa proteger, assinando uma declaração em como tomou conhecimento das suas obrigações.

Esta distribuição é extensiva a subempreiteiros, trabalhadores independentes e outros intervenientes, sempre que os mesmos não tenham equipamento próprio.

FICHA DE DISTRIBUIÇÃO DE EPI AOS TRABALHADORES

Equipamento de protecção individual	Pág.: /
Dono de Obra:	
Obra:	
Empreiteiro:	
Nome do Trabalhador	Número

Ref.	Designação do EPI	Riscos (1)	Recepção (2)	Devolução (3)
	Capacete de protecção	3,11	Data: __/__/__ Ass. _____	Data: __/__/__ Ass. _____
	Botas de protecção	5,6,7,8,9,14	Data: __/__/__ Ass. _____	Data: __/__/__ Ass. _____
	Óculos de protecção	13	Data: __/__/__ Ass. _____	Data: __/__/__ Ass. _____
	Auriculares		Data: __/__/__ Ass. _____	Data: __/__/__ Ass. _____
(1) Indicar códigos de acordo com a tabela abaixo (2) assinatura do trabalhador (3) assinatura de quem recebe.				
RISCOS A PROTEGER				
1 – Quedas em altura 2 – quedas ao mesmo nível 3 – queda de objectos 4 – Queda por escorregamento 5 – Objectos pontiagudos ou cortantes 6 – esmagamento do pé 7 – Torção do pé 8 – Choque ao nível dos maléolos 9 – Choque ao nível do metatarso 10 – Choque ao nível da perna		11 – Pancadas na cabeça 12 – Cortes 13 – Estilhaços 14 – Entalamentos 15 – Electrocussão 16 - _____ 17 - _____ 18 - _____ 19 - _____ 20 - _____		
DECLARAÇÃO				
Declaro que recebi os Equipamentos de protecção individual acima mencionados, comprometendo-me a utilizá-lo correctamente de acordo com as instruções recebidas, e conservá-los em bom estado, e a participar todas as avarias ou deficiências de que tenha conhecimento. Data: __/__/__ Nome Completo: _____ N.º BI _____ de __/__/__ Arquivo: _____ Assinatura: _____ (de acordo com o BI)				
Encarregado – Ass.: _____ Director de Obra – Ass.: _____ Responsável pela segurança – Ass.: _____				

FISCALIZAÇÃO DA SEGURANÇA

Relatório da Avaliação

Data e Hora

Identificação da obra: _____

Empreiteiro: _____

Subempreiteiros:

Director de Obra: _____

Tipo de Obra: _____ Nº Trabalhadores em obra: _____

Empreitada: _____

Início dos trabalhos: ____/____/____

Final Prev. Dos trab.: ____/____/____

Prescrições mínimas segurança

APRECIÇÃO	ACÇÃO	ENTIDADE
BOM 10	URGENTE	
MÉDIO 5	(0-10)	

1 -Instalações Sociais

Dimensionamento:

Arrumação:

Limpeza:

Iluminação:

Ventilação:

Ambiente Térmico:

APRECIÇÃO	ACÇÃO	ENTIDADE
BOM 10	URGENTE	
MÉDIO 5	(0-10)	

2 - Armazenagem

Demarcações:				
Produtos Perigosos:				
Produtos Inflamáveis:				
Rotulagem:				

3 – Vias de Circulação

Demarcações:				
Ocupação:				
Acessos:				

4 – Distribuição de Energia

Protecção Colectivas:				
Cabos:				
Tomadas e Fichas:				
Sinalização:				

5 – Abertura e sua Protecção

Soalho:				
Plataformas				
Paredes:				
Pavimentos:				

6 - Escavações

Entivações:				
Acesso:				
Estabilização, fixação:				
Precauções:				
Verificações:				

7 – Movimento Cargas

Estabilização, fixação:

Visibilidade:

Acessos:

8 – Equip. de Prot. Individual

Utilização:

Disponibilidade:

9 – Sinalização Segurança

Afixada:

--	--	--	--

10 – Acidentes de Trabalho

Relatório:

Comunicações:

11 – Serviço Segurança e Saúde

Modalidade:

Eficácia:

12 – Regulamento de Seg. no Trabalho da Construção

Afixado:

--	--	--	--

13 – Riscos Especiais

Avaliados:

--	--	--	--

Avaliados:

14 - Outras acções desenvolvidas no mês

15 – Controlo das acções da avaliação anterior

--

A FISCALIZAÇÃO

ANEXO A

15 – DEFINIÇÕES

15 - DEFINIÇÕES

Acidente

Qualquer ocorrência que resulte em ferimento, ligeiro ou grave, transitório ou permanente, ou morte.

Ambiente

A água, o ar, o solo e os seres vivos que rodeiam o homem, quer isoladamente quer nas suas inter-relações.

Assistência Médica

Tratamento prestado por médico, no hospital, no consultório ou no local.

Chassis

Quadro principal ou principal elemento de suporte na máquina, sobre o qual é montada directamente a ROPS.

Comissão de Higiene e Segurança no Trabalho

Por C.C.T. podem ser criadas com composição parietária.

Compilação Técnica

Conjunto de informações técnicas de caracterização da obra que informaram a sua realização e que são importantes em matéria de segurança e saúde do ponto de vista de intervenções posteriores para assegurar a inspecção, manutenção, reparação e demolição.

Componentes Materiais do Trabalho

Os locais de trabalho, o ambiente de trabalho, as ferramentas, as máquinas e materiais, as substâncias e agentes químicos, físicos e biológicos, os processos de trabalho e organização do trabalho.

Comunicação Prévia

Conjunto de informações técnicas de caracterização da obra que informaram a sua realização e que são importantes em matéria de segurança e saúde do ponto de vista de intervenções posteriores para assegurar a inspecção, manutenção, reparação e demolição.

Componentes Materiais do Trabalho

Os locais de trabalho, o ambiente de trabalho, as ferramentas, as máquinas e materiais, as substâncias e agentes químicos, físicos e biológicos, os processos de trabalho e a organização do trabalho.

Comunicação Prévia

Conjunto de elementos identificadores da obra, das partes contratantes e dos intervenientes, a ser enviado pelo D.º ao Instituto de Desenvolvimento e Inspecção das Condições de Trabalho quando se proceda à abertura do estaleiro.

Comunicação Verbal

A mensagem verbal predeterminada que utiliza voz, humana ou sintética.

Condutor Transportado

Operador, transportado pela própria máquina, autorizado a zelar pelo deslocamento da máquina móvel.

Coordenador de Segurança e Saúde na Fase de Projecto

Pessoa singular ou colectiva que em nome do Dono da Obra, assegura a coordenação das actividades de segurança e saúde que estão cometidas por lei ao Dono das Obra durante a fase de elaboração do projecto.

Coordenador de Segurança e Saúde na Fase da Obra

Idem, durante a fase de execução da obra.

Cor de Segurança

Cor à qual é atribuído um determinado significado.

Director de Obra

Pessoa singular com adequado reconhecimento profissional designado pelo empreiteiro para assegurar a sua representação e direcção técnica do estaleiro da obra, incluindo os domínios da segurança, saúde e higiene.

Dono da Obra

A pessoa singular ou colectiva com um ou mais trabalhadores ao seu serviço e responsável pela empresa.

Empreiteiro

Entidade com o qual o D.O. celebrou um contrato para a execução duma empreitada e que executa e coordena os trabalhos necessários á sua integral realização.

Equipamento de Protecção Individual (EPI)

Todo o equipamento, bem como qualquer complemento ou acessório, destinado a ser utilizado pelo trabalhador para se proteger dos riscos, para a sua segurança e para a sua saúde.

Equipamento de Trabalho

Qualquer máquina, aparelho, ferramenta ou instalação utilizados no trabalho.

Estaleiro da Obra

Área reservada aos trabalhos de execução da obra, incluindo a obra propriamente dita e tudo o que para ela concorre, designadamente armazéns, vias de circulação interna e ainda equipamentos e materiais.

Estrutura de Protecção Contar Capotagem (ROPS)

Conjunto de elementos estruturais montado numa máquina e que tem como função principal a limitação dos riscos de esmagamento do condutor munido do cinto de segurança. Os elementos estruturais incluem todos os quadros secundários, barras, elementos de montagem, chapas de fixação, pernos, cavilhas, suspensões ou dispositivos flexíveis amortecedores de choques, utilizados para fixação do conjunto ao chassis da máquina, excluindo-se os dispositivos de montagem que são parte integrante do chassis da máquina.

Estrutura de Protecção Contra a Queda de Objectos (ROPS)

Conjunto de elementos estruturais montado numa máquina, destinado a garantir ao condutor uma protecção suficiente contra a queda de objectos.

Fiscal de Obra

Pessoa singular ou colectiva com adequado reconhecimento profissional designada pelo D.O. para fiscalizar e controlar a execução da obra, acompanhando a actividade do coordenador de segurança e saúde em fase de obra e com ele mantendo um diálogo que se pretende profícuo.

Incidente

Qualquer ocorrência que resulte em danos não negligenciáveis para o adjudicatário, subempreiteiro ou outros.

Local de trabalho

Todo o lugar que o trabalhador se encontra, ou donde ou para onde deve dirigir-se em virtude do seu trabalho, e em que esteja, directa ou indirectamente sujeito ao controlo do empregador.

Movimentação Manual de Cargas

Qualquer operação de transporte e sustentação de uma carga por um ou mais trabalhadores, que, devido às suas características ou condições ergonómicas desfavoráveis, comporte riscos para os mesmos, nomeadamente na região dorso-lombar.

Operador

Qualquer trabalhador incumbido da utilização de um equipamento de trabalho.

Placa

O sinal que combina uma forma geométrica, cores e um símbolo ou pictograma, visando fornecer uma indicação cuja visibilidade deva ser garantida por iluminação adequada.

Placa Adicional

Placa utilizada em conjunto com outra placa e que fornece indicações complementares a esta.

Plano de Estaleiro

Descrição gráfica da implantação de todas as instalações, infra-estruturas de apoio e vias de circulação necessárias à execução da empreitada.

Plano de Segurança e Saúde

Plano elaborado pelo Director de Obra que, com base nas técnicas de prevenção, enquadra um programa de acção relativamente à segurança e saúde dos trabalhadores, que indicará com precisão as regras aplicáveis ao estaleiro em questão e que inclui medidas específicas relativas aos trabalhos que impliquem riscos especiais.

Plano de Socorros

Plano de acção que visa organizar os meios para garantir a segurança e protecção das pessoas e bens em caso de acidente ou outra situação perigosa.

Preparação Química

As misturas ou soluções que são compostas por duas ou mais substâncias químicas.

Prevenção

Acção de evitar ou diminuir os riscos profissionais através de um conjunto de disposições ou medidas que devam ser tomadas e em todas as fases.

Primeiros Socorros

Primeira ajuda ou assistência dada a uma vítima de acidente ou doença súbita para estabilizar a sua situação antes da chegada de uma ambulância ou médico qualificado. Visa preservar a vida, evitar o agravamento do estado de saúde ou promover o restabelecimento.

Produtos Explosivos

São substâncias explosivas: pólvora (físicas e químicas), propergóis (sólidos e líquidos) e explosivos (simples e compostos) ou objectos carregados de substâncias explosivas: munições, espoletas, detonadores, cápsulas, escovas, estopins, mechas (rastilhos), cordões detonantes, cartuchos e outros de natureza ou uso equiparados.

Projectista

Pessoa singular ou colectiva que elabora determinado projecto.

Representante dos Trabalhadores

Pessoa eleita nos termos definidos na lei para exercer funções de representação dos trabalhadores nos domínios da segurança, higiene e saúde no trabalho.

Serviço de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho

Estrutura que localmente assegura por parte do adjudicatário, as actividades de prevenção de riscos e da vigilância da saúde.

Símbolo ou Pictograma

A imagem que descreve uma situação ou impõe um determinado comportamento e que é utilizada numa placa ou superfície luminosa.

Sinal Acústico

O sinal sonoro codificado, emitido e difundido por um dispositivo específico, sem recurso à voz, humana ou sintética.

Sinal de Aviso

O sinal sonoro codificado, emitido e difundido por um dispositivo específico, sem recurso à voz, humana ou sintética.

Sinal Gestual

O movimento, ou uma posição dos braços ou das mãos, ou qualquer combinação entre eles, através de uma forma codificada, oriente a realização de manobras que representem risco ou perigo para os trabalhadores.

Sinal de Indicação

O sinal que fornece indicações não abrangidas por sinais de proibição, aviso, obrigação e de salvamento ou de socorro.

Sinal Luminoso

O sinal emitido por um dispositivo composto por materiais transparentes ou translúcidos, iluminados a partir do interior ou pela retaguarda, de modo a transformá-lo numa superfície luminosa.

Sinal de Obrigação

O sinal que impõe certo comportamento.

Sinal de Proibição

O sinal de proíbe um comportamento.

Sinal de Salvamento ou de Socorro

O sinal que dá indicações sobre saídas de emergência ou meios de socorro ou salvamento.

Sinal de Segurança e de Saúde

A sinalização relacionada com um objecto, uma actividade ou uma situação determinada, que fornece uma indicação ou uma prescrição relativa a segurança ou a saúde no trabalho, ou a ambas, por intermédio de uma placa, uma cor, um sinal luminoso ou acústico, uma comunicação verbal ou um sinal gestual.

Socorrista

Qualquer pessoa que seja portadora de um certificado válido e com menos de 4 anos, passado por uma unidade competente (C.V.P. ou outras) de que é qualificado para prestar os primeiros socorros.

Subempregado

Entidade com alvará e com trabalhadores próprios que subcontrata com o Empreiteiro a realização de uma parte dos trabalhos de empreitada.

Substância Química

Os elementos químicos e seus compostos, quer no estado natural quer produzidos industrialmente, contendo eventualmente qualquer aditivo necessário à sua colocação no mercado.

Trabalhador

Pessoa singular que, mediante retribuição, se obriga a prestar serviço a um empregador e , bem assim, o tirocinante, o estagiário, o aprendiz e os que esteja na dependência económica do empregador em razão dos meios de trabalho e do resultado da sua actividade, embora não titulares de uma relação jurídica de emprego.

Trabalhador exposto

Qualquer trabalhador que se encontre, totalmente ou em parte, numa zona perigosa.

Trabalhador Independente

Pessoa singular que exerce uma actividade por conta própria.

Utilização de um equipamento de trabalho

Qualquer actividade em que o trabalhador entre em relação com um equipamento de trabalho, nomeadamente a colocação em serviço ou fora dele, o uso, o transporte, a reparação, a transformação, a manutenção e a conservação, incluindo a limpeza.

Zona Perigosa

Qualquer zona de trabalho onde a presença de um trabalhador exposto o submeta a riscos para a sua segurança e saúde.

ANEXO B

16 – LEGISLAÇÃO APLICÁVEL

16 – LEGISLAÇÃO

16.1 – GENÉRICA

Regime jurídico do enquadramento de segurança, higiene e saúde no trabalho:

D.L. 441 / 91 de 14 de Novembro
Directiva 89 / 391 / CEE de 29 de Maio
Dec. Lei 50/2005 de 25 de Fevereiro
Dec. Lei 273/2003 de 29 de Outubro.

Regime jurídico dos acidentes de trabalho e doenças profissionais

Lei 2127 de 3 de Agosto de 1965
D.L. 360/71 de 21 de Agosto
D.L. 304/93 de 1 de Setembro
D.L. 362/93 de 15 de Outubro
Portaria 137/94 de 8 de Março

Índice codificado e lista das doenças profissionais:

D.R. 12/80 de 8 de Maio
Desp. Norm. 253/82 de 15 de Outubro

Tabela Nacional de Incapacidades:

D.L. 341/93 de 30 de Setembro

Regulamentação das actividades de segurança, higiene e saúde no trabalho:

D.L. 26794 de 172

Lei 7/95 de 29 de Março

Portaria 1179/95 de 26 de Setembro

Regime de protecção da saúde contra vários riscos:

D.L. 479/85 de 13 de Novembro

D.L. 274/89 de 21 de Agosto

D.L. 275/91 de 7 de Agosto

D.L. 113/93 de 10 de Abril

D.L. 390/93 de 20 de Novembro

Directiva 89/106/CEE de 21 de Dezembro

Utilização de equipamentos de protecção individual:

D.L. 348/93 de 1 de Outubro Directiva 89/656/CEE de 30 de Novembro

Portaria 988/93 de 6 de Outubro

Equipamento de trabalho:

D.L. 331/93 de 25 de Setembro

Directiva 89/655/CEE

Movimentação manual de cargas:

D.L. 330/93 de 25 de Setembro

Directiva 90/269/CEE de 29 de Maio

Regulamentação de colocação e utilização da sinalização de segurança nos locais de trabalho:

D.L. 141/95 de 16 de Junho

Portaria 1456-A/95 de 11 de Dezembro

Regulamentação sobre o ruído:

D.L. 72/92 de 28 de Abril

D.R. 9/92 de 28 de Abril

Directiva 86/188/CEE

Directiva 86/662/CEE

Utilização de explosivos:

D.L. 12/94 e 15/1

Regulamento do código de estrada:

D.L. 39762 de 20 de Maio de 1954

Trabalho nocturno:

Convenção nº. 171 da OIT
Resolução A.R. 56/94 de 9/9

16.2 – ESPECÍFICA

Regulamentação de segurança e de saúde nos estaleiros temporários ou móveis:

D.L. 41820 de 11 de Agosto de 1958
D.L. 41821 de 11 de Agosto de 1958

Regulamento das instalações provisórias, destinadas ao pessoal empregado nas obras:

D.L. 105/91 de 8 de Março
Portaria 933/91 de 13 de Setembro
Portaria 934/91 de 13 de Setembro
Directiva 84/532/CEE de 17 de Setembro
Directiva 86/295/CEE de 25 de Maio
Directiva 86/296/CEE de 26 de Maio

Regulamento de sinalização temporária de obras e obstáculos na via pública:

D.R. 33/88 de 12 de Setembro

17 – EXECUÇÃO DOS TRABALHOS

- O encarregado da obra deve conhecer todas as partes do “projecto” afim de esclarecer quaisquer dúvidas quanto à execução dos trabalhos.
- Deve informar sobre as medidas de segurança previstas em cada fase dos trabalhos de acordo com o Plano de Segurança.
- Organizar, diariamente as actividades, de acordo com o programa de trabalhos, procurando prevenir os riscos dos trabalhos a executar.
- Na realização dos trabalhos devem ser utilizados os meios técnicos de construção adequados e seguros. Deve ordenar a instalação e manutenção das protecções colectivas, nas escavações, nos andaimes que serão utilizados, nas escadas e noutras situações de trabalho cujo risco pode ser prevenido.
- Deve verificar ou mandar verificar por pessoal qualificado para o efeito, o bom estado de funcionamento dos equipamentos e ferramentas, no que se refere às protecções colectivas e à segurança contra riscos eléctricos.
- Deve avaliar os riscos dos trabalhos e aplicar as medidas conducentes a melhorar a prevenção. Caso não se sinta capaz deve propor medidas adequadas ao Director de Obra.
- Deve assegurar-se que as zonas de trabalho se mantenham arrumadas em bom estado de limpeza e as vias de circulação desimpedidas.
- Deve mandar colocar e manter a sinalização de segurança no estaleiro.

-
- Deve zelar pela reparação de equipamentos, ferramentas e outros meios de trabalho incluindo as protecções colectivas, retirando-as de utilização enquanto não oferecem segurança.
 - Deve dar o exemplo usando os equipamentos de protecção individual
 - Deve exigir aos trabalhadores o uso dos equipamentos de protecção individual.
 - Deve informar o Director da Obra de todas as ocorrências bem como da insuficiência de elementos para instalar as protecções colectivas ou de insuficiência de equipamentos de protecção individual e de sinalização de segurança.

18 – SUBEMPREGATEIROS

- Os subempregateiros que executam trabalhos em simultâneo no estaleiro devem obedecer às disposições expressas no Plano de Segurança
- Devem zelar pela segurança dos seus trabalhadores e prevenir situações que possam pôr em risco os outros intervenientes ou crie situações de risco para máquinas, equipamentos ou instalações.
- Devem implementar todas as medidas de protecção colectiva, nomeadamente todos os equipamentos de protecção.
- Devem fornecer todo o equipamento de protecção individual de acordo com os trabalhos em curso.

19 – TRABALHADORES INDEPENDENTES

Os trabalhadores independentes devem respeitar as disposições do Plano de Segurança, utilizar os equipamentos de protecção colectiva, usar os equipamentos de protecção individual em função dos trabalhos que executam e aceitar as instruções do Director da Obra e/ou Encarregado no que respeita às instruções sobre Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho.

20 – TODOS OS TRABALHADORES

- Devem tomar os cuidados necessários em relação às máquinas ou veículos que operem no estaleiro.
- Devem manter a arrumação no estaleiro bem como desimpedidos os locais de passagem.
- Não devem retirar ou danificar as protecções colectivas e a sinalização de segurança.
- Devem usar os equipamentos de protecção individual, lembrar e incentivar os colegas a usá-los.
- Devem comunicar ao encarregado as anomalias ou condições inseguras na execução dos trabalhos.
- Não devem trabalhar ou estacionar sob cargas suspensas como por exemplo debaixo da grua aquando da movimentação das paletes.

21 – **PREVENÇÃO**

- Devem assegurar previamente a organização dos contactos da sua visita.
- Devem ter autorização para acesso ao Estaleiro.
- Devem deslocar-se apenas aos locais a que foram autorizados.
- Devem circular com atenção ao tráfego de veículos na obra.
- Não devem entrar em qualquer local da obra sem autorização.
- Não devem mexer nos materiais, ferramentas ou equipamentos.
- É proibida a sua deslocação aos locais de trabalho, salvo se estiverem autorizados e desde que cumpram as regras de segurança, nomeadamente o uso de capacete ou outro equipamento necessário.
- A instalação eléctrica está em carga pelo qual qualquer contacto pode causar um acidente grave.
- Devem respeitar a sinalização de segurança e rodoviária.

A falta de prevenção destes riscos pode causar acidentes:

- Atropelamentos.
- Quedas.

22 – **TRABALHADORES à PROCURA DE EMPREGO**

- Os trabalhadores devem procurar emprego através dos próprios empreiteiros e subempreiteiros que estejam a actuar na obra.
- Devem ter os documentos de identificação e de residência regularizados.
- É obrigatória a sua inscrição na Segurança Social.
- Devem ter autorização para acesso ao Estaleiro.
- Devem apenas deslocar-se aos locais a que foram autorizados.
- Não devem entrar em qualquer local de obra sem autorização.
- Devem circular apenas nas vias de circulação e ter em atenção o tráfego de veículos.
- Não devem danificar o que quer que seja.
- A instalação eléctrica está em carga pelo que qualquer contacto pode causar um acidente grave.
- Devem manifestar os equipamentos portáteis e ferramentas de que são portadores.
- É proibida a sua deslocação aos locais de trabalho, salvo se estiverem autorizados e desde que cumpram as regras de segurança, como o uso de E.P.I. – Equipamento de Protecção Individual.

A falta de prevenção destes riscos pode causar acidentes:

- Atropelamentos.

-
- Quedas.
 - Electrocussão.
 - Conflitos perturbadores.

23 – SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA

- A sinalização de segurança é obrigatória.
- Devem ser afixados cartazes com sinalização (ex.: uso obrigatório de capacete; proibido fazer lume; perigo de electrocussão; etc.)

a. – SINALIZAÇÃO DA VIA PÚBLICA

- Todos os locais de obra na via pública devem respeitar o Decreto Regulamentar n.º 33/88, de 12 de Setembro.
- Regulamento de sinalização de carácter temporário de obras e obstáculos na via pública.

24 – LEGISLAÇÃO DE SEGURANÇA

- Dec. Lei n.º 441/91, de 14 de Novembro.
- Dec. Lei n.º 26/94, de 1 de Fevereiro.
- Lei n.º 7/95, de 29 de Março.

25 – REGULAMENTO DE SEGURANÇA NO TRABALHO DA CONSTRUÇÃO

- Dec. Lei n.º 41821/58, de 11 de Agosto.
- Dec. Lei n.º 155/95, de 1 de Julho.

26 – OBRIGAÇÕES GERAIS DO EMPREGADOR

- **IDENTIFICAR OS RISCOS, COMBATÊ-LOS, ANULÁ-LOS OU LIMITÁ-LOS.**
- **AVALIAR OS RISCOS INTEGRANDO-OS NO CONJUNTO DAS ACTIVIDADES E ADOPTAR MEDIDAS DE PREVENÇÃO.**
- **PLANIFICAR A PREVENÇÃO.**
- **DAR PRIORIDADE Á PREVENÇÃO COLECTIVA.**
- **ELIMINAR OS EFEITOS DO TRABALHO MONÓTONO E DO TRABALHO CADENCIADO.**
- **ASSEGURAR A VIGILÂNCIA DA SAÚDE.**

-
- **LIMITAR O ACESSO A ZONAS DE RISCO.**
 - **COOPERAREM ENTRE SI QUANDO VÁRIAS ENTIDADES DESENVOLVAM SIMULTANEAMENTE ACTIVIDADES NO MESMO LOCAL.**

27 – ALTERAÇÕES AO PLANO DE SEGURANÇA

É permitido introduzir alterações ao Plano de Segurança e Saúde desde que sejam respeitadas as condições de Segurança para pessoas, máquinas e materiais só quando a execução dos trabalhos o exija.

Da dificuldade da execução dos trabalhos, de acordo com o Plano de Segurança estabelecido, será dado conhecimento imediato ao Dono de Obra que decidirá da respectiva modificação pontual.

28.1 – FOLHA DE ACTUALIZAÇÕES DO PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

ANEXO D*

28 – SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA E DE SAÚDE NO TRABALHO

ANEXO E

29 – COMUNICAÇÃO PRÉVIA

À
A.C.T. – Autoridade das Condições de Trabalho
Delegação do Porto
Rua Gonçalo Cristóvão 217,6º
4000-269 PORTO

Assunto: ao abrigo do disposto no Decreto-Lei n.º 273/03, de 29 de Outubro, proceder à Comunicação Prévia, definida no art.º 15.º do supracitado DL, para a empreitada em epígrafe.

1) **Data da Comunicação:**

2) **Endereço do Estaleiro:**

Divisão Municipal de Jardins

3) **Dono da Obra:**

Câmara Municipal do Porto
Divisão Municipal de Jardins
Email: dmj@cm-porto.pt

4) Autor(es) de Projecto:

Maria Alexandra Pereira Pinto; Eng^a Civil

5) Natureza da Obra:

6) Fiscal(ais) da Obra:

Nome:

Endereço:

7) Técnico Responsável da Obra:

Nome:

8) Coordenador(es) em matéria de segurança e saúde durante a fase de projecto:

Nome:

9) Coordenador(es) em matéria de segurança e saúde durante a realização da obra:

Nome:

10) Director da Obra:

Nome:

Endereço:

11) Datas previsíveis dos trabalhos no estaleiro:

Data início:

Data termo:

Duração: 3 anos

-
- 12) Estimativa do número máximo de trabalhadores presentes em simultâneo no estaleiro:
- 13) Estimativa do número de empresas e de trabalhadores independentes no estaleiro
- 14) Identificação das empresas já seleccionadas:

ANEXO F

30 – CONTACTOS TELEFÓNICOS

OBRA: Requalificação do pavimento do jardim do Homem do Leme

***PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE (PSS)*
INDICAÇÕES ÚTEIS
(Telefones)**

**DONO DA OBRA: Divisão Municipal de Jardins
ADJUDICATÁRIO:**

Sede:	
Director Técnica da Obra:	

HOSPITAIS

Hospital de S. João (Porto)	22 - 5027151
Hospital de Santo António (Porto)	22 - 2077500
Hospital Pedro Hispano (Matosinhos)	22 – 9391000

BOMBEIROS

Voluntários do Porto	22 - 3322787
Batalhão Sapadores Bombeiros (Porto)	22 - 5073700

Voluntários de Leixões	22 - 9380018
Voluntários de Matosinhos e Leça	22 - 9953334

AGUAS DO PORTO,

Geral	22 - 5190800
--------------	---------------------

CÂMARA MUNICIPAL DO PORTO

Geral	22 - 2097000
--------------	---------------------

SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTECÇÃO CIVIL

Centro de Coordenação Distrital (Porto)	22 - 3323685
---	---------------------

FORÇAS DE SEGURANÇA

PSP	22 – 2006821
GNR	22 - 3325711

ANEXO G

31 – ORGANIGRAMA HIERÁRQUICO DE OBRA

ANEXO H

32 – PLANTA DOS ESTALEIROS

ANEXO I

33 – SEGUROS DE ACIDENTE DE TRABALHO

ANEXO J

34 – MAPA DE UTILIZAÇÃO DE EQUIPAMENTO

ANEXO L

35– FICHAS DE INFORMAÇÃO TÉCNICA / FICHAS DE PROCEDIMENTO

OBRA:	INFORMAÇÃO TÉCNICA	Ref.: ITPC001
	INSTALAÇÃO ELÉCTRICA DE UM ESTALEIRO	Pág. 1/2
CARACTERIZAÇÃO Instalação concebida para utilização durante a fase de construção, sujeita a projecto dependente de aprovação. Trata-se de um meio auxiliar de apoio à realização da obra, montado e desmontado pelo Empreiteiro e da sua responsabilidade. Deverá atender à temporalidade da mesma construção, à potência a instalar e às características particulares do processo construtivo, nomeadamente a permanente circulação de pessoas e equipamentos, as condições climáticas e o nível de informação dos trabalhadores em obra. A instalação de redes de energia eléctrica nas obras tem sido origem de múltiplos acidentes, muito dos quais greves, quer na sua utilização, quer em trabalhos na proximidade de linhas eléctricas de M.T. e A.T. que devem ser sinalizadas. A grave maioria dos acidentes ocorre com aparelhos de elevação, com ferramentas eléctricas portáteis e na movimentação de objectos de grandes dimensões.		

UTILIZAÇÃO - Conhecer a instalação adequada às características do próprio estaleiro. - Manter a instalação eléctrica em bom estado de funcionamento. - Assegurar a manutenção por pessoas especializadas.		
VERIFICAÇÃO PERIÓDICAS - Dos cabos condutores. - Dos armários de distribuição - Dos disjuntores - Das tomadas e fichas - Do eléctrodo de terra (medição)		
PREVENÇÃO Assegurar: - Distâncias mínimas de segurança entre: - os cabos condutores e o solo - os cabos condutores e as coberturas dos edifícios - os cabos condutores e outros obstáculos - Cabos condutores e quadros normalizados. - Dispositivos de corte automático. - Relé diferencial. - Circuito terras. - Avisos sempre que a instalação esteja em manutenção. - Interruptor geral. - Armário distribuição protegido com disjuntor diferencial.		
OBRA:	INFORMAÇÃO TÉCNICA	Ref.: ITPC001
	INSTALAÇÃO ELÉCTRICA DE UM ESTALEIRO	Pág. 2/2
- Reparação circuitos. - Tomadas com tensão reduzida de segurança (24V) para ferramentas portáteis. - Sinalização de perigo		

OBRA:	INFORMAÇÃO TÉCNICA	Ref.: ITPC002
	MOVIMENTO DE CARGAS PESADAS	Pág. 1/1
CARACTERIZAÇÃO A movimentação de cargas pesadas assume particulares riscos, nomeadamente quando se trata de elementos pré-fabricados em aço, betão ou madeira cujo manuseamento, pela sua dimensão, complexidade e peso por peça, torna difícil a sua movimentação. Qualquer que seja o processo de união escolhido. É conveniente proceder à condução da peça em movimento para a sua acostagem e fixação definitiva. Diferentes acessórios podem ser utilizados para mover uma carga em função da sua natureza, dos deslocamentos e da operação a efectuar. O emprego destes meios associados a uma operação produz determinados riscos. A montagem das peças pré-fabricadas deve ser planeada e executada com rigor.		
VERIFICAÇÕES - Do terreno e estabilidade do equipamento		
VERIFICAÇÃO PERIÓDICAS - Dos cabos condutores. - Dos armários de distribuição - Dos disjuntores - Das tomadas e fichas - Do eléctrodo de terra (medição)		
PREVENÇÃO Assegurar: - Distâncias mínimas de segurança entre: - os cabos condutores e o solo - os cabos condutores e as coberturas dos edifícios - os cabos condutores e outros obstáculos - Cabos condutores e quadros normalizados. - Dispositivos de corte automático. - Relé diferencial. - Circuito terras. - Avisos sempre que a instalação esteja em manutenção. - Interruptor geral. - Armário distribuição protegido com disjuntor diferencial.		

OBRA:	INFORMAÇÃO TÉCNICA	Ref.: ITPC003
	MOVIMENTAÇÃO MANUAL DE CARGAS	Pág. 1/1
CARACTERIZAÇÃO Por movimento manual de cargas entende-se qualquer operação de transporte e de sustentação de uma carga por um ou mais trabalhadores. A frequência de acidentes na movimentação resulta de esforços físicos exagerados, de grandes distâncias de elevação, do abaixamento e transporte, bem como de períodos insuficientes de repouso sem esquecer que estamos em presença bastantes vezes, de cargas volumosas, cargas em equilíbrio instável e que pelo seu formato podem causar lesões. Por isso, a principal medida a adoptar é a utilização de equipamentos mecânicos de modo a evitar a movimentação manual.		
RISCOS ESPECÍFICOS - Formação de hérnia discal. - Rotura de ligamentos. - Lesões musculares e de articulações. - Choque com objectos. - Quedas ao mesmo nível. - Entalamento. - Desabamento.		

OBRA:	INFORMAÇÃO TÉCNICA	Ref.: ITPC004
	MÁQUINAS E FERRAMENTAS (MÓVEIS E PORTÁTEIS)	Pág. 1/1
CARACTERIZAÇÃO O parque de máquinas e ferramentas nos estaleiros de construção é diversificado e justifica-se pela diferente natureza dos materiais a trabalhar, de entre os quais se revela: madeiras e seus derivados, produtos cerâmicos, pedra, metais, matérias plásticas, vidro, tintas, vernizes e colas. Os riscos têm a ver não só com os materiais, mas também como o modo de funcionamento das máquinas e ferramentas que operam com aqueles materiais. As máquinas e ferramentas devem ter as características adaptadas à natureza dos materiais e ao trabalho a realizar, de modo a garantir a qualidade, produtividade e condições de segurança.		
FORMAÇÃO E INFORMAÇÃO - Que possibilite a integração no posto de trabalho e executar as suas funções. - Que identifique os riscos relativos aos equipamentos e às operações. - Que mostre concretamente o porquê dos dispositivos de protecção e o seu funcionamento.		
VERIFICAÇÕES - Manutenção programada. - Exames e verificações das máquinas.		
PREVENÇÃO - Organização adequada do estaleiro. - Arrumação. - Formação dos trabalhadores. - Vigilância médica e psicotécnica dos trabalhadores. - Pisos bem conservados. - Sinalização de segurança. - Iluminação adequada. - Isolamento do operador relativamente à fonte de ruído. - Utilização de EPI. - Isolamento do posto de trabalho. - Captação do poluente na fonte. - Armários eléctricos apropriados. - Dispositivos de paragem de emergência. - Comandos acessíveis. - Manómetros calibrados. - Fixação correcta das ferramentas. - Canalizações flexíveis e quimicamente inertes. - Dispositivos de protecção adequados. - Arranque intempestivo da máquina. - Contactos com órgãos de máquina.		

Tarefa: Trabalhos de pavimentação	
Perigos mais Frequentes:	Causas Principais:
Queda de objectos em manipulação; Queda de pessoas ao mesmo nível; Queda de objectos por desabamento ou desmoronamento; Queda de Objectos desprendidos; Marcha sobre Objectos; Choque ou pancadas por objectos móveis; Pancadas e cortes por objectos ou ferramentas; Entaladela ou esmagamento por ou entre objectos; Entaladela ou esmagamento por capotamento de máquinas; Sobre - esforços ou posturas inadequadas; Contactos eléctricos e térmicos; Exposição ao ruído; Exposição a substâncias nocivas ou tóxicas; Fenómenos naturais (insolação) Atropelamento ou choque de veículos	Desarrumação dos locais de armazenamento e de trabalho; Retirar protecções às máquinas Trabalho desorganizado (atravancamento de locais de passagem) Não delimitar e sinalizar a zona de trabalhos e não controlar as entradas nessa zona; Trabalhar em condições atmosféricas adversas; Utilização de meios mecânicos de forma inadequada; Não utilizar os EPI (s) adequados; Trabalhadores sem formação e desconhecimento dos riscos. Trabalhar de costas voltadas para as máquinas Utilização de ferramentas em mau estado de utilização
Medidas de prevenção	
- Os trabalhos nos caminhos do jardim serão devidamente delimitados e sinalizados. Todos os trabalhadores utilizarão vestuário de alta visibilidade. - Todos os trabalhadores irão trabalhar de frente para as máquinas. - Não será permitido que as máquinas manobrem em marcha-atrás na zona onde decorram os trabalhos de pavimentação. - Todas as operações de descarga serão devidamente orientadas, de forma que os materiais não fiquem depositados em zonas que colidam com o avanço dos trabalhos ou com a circulação de trabalhadores ou de terceiros. - Não será permitido que as máquinas sejam utilizadas sem os respectivos resguardos de segurança.	