

REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E
SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA

LOCAL:TRAMAGAL

REQUERENTE: MUNICIPIO DE ABRANTES

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 2 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Conteúdo

1.	INTRODUÇÃO	5
1.1.	CAMPO DE APLICAÇÃO	5
1.2.	ORGANIZAÇÃO E GESTÃO DO PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE	5
1.	AVALIAÇÃO E HIERARQUIZAÇÃO DOS RISCOS REPORTADOS AO PROCESSO CONSTRUTIVO	11
1.1	Avaliação e Hierarquização dos Riscos e Técnicas de Prevenção.....	11
2.	PROJETO DE ESTALEIRO E MEMÓRIA DESCRITIVA	16
2.1.	LOCALIZAÇÃO	48
2.2.	ORGANIZAÇÃO DO ESTALEIRO	48
2.2.1.	Área destinada á Entidade Executante / Fiscalização	48
2.2.2.	Posto de primeiros socorros.....	48
2.2.3.	Local para Afixação de Informação.....	48
2.2.4.	Zonas de armazenamento.....	48
2.2.4.1	Ferramentaria	48
2.2.4.2	Armazenamento de produtos químicos.....	49
2.2.4.3	Armazenamento de Outros Materiais.....	49
2.3.	REDES TÉCNICAS	49
2.4	RECOLHAS DE LIXOS.....	50
2.5	CAMINHOS DE CIRCULAÇÃO.....	50
2.6.	SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA	50
2.7.	VEDAÇÃO E ACESSIBILIDADES	51
2.8.	CONDICIONALISMOS LOCAIS	51
3.	REQUISITOS DE SEGURANÇA E SAÚDE SEGUNDO OS QUAIS DECORREM OS TRABALHOS.....	52
3.1.	REQUISITOS DE SEGURANÇA	53
3.1.1	PLANO DE PROTEÇÕES COLECTIVAS	53

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 3 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

3.1.2.	PLANO DE PROTECÇÕES INDIVIDUAIS	54
3.1.3	CONTROLO DE IMPRUDÊNCIAS.....	59
3.1.4	PLANO DE VISITANTES.....	61
3.2	REQUISITOS DE SAÚDE.....	62
4.	PLANO DE TRABALHOS, EQUIPAMENTOS E MÃO-DE-OBRA.....	63
5.	CONDICIONALISMOS À SELEÇÃO DE SUBEMPREENHEIROS, TRABALHADORES INDEPENDENTES, FORNECEDORES DE MATERIAIS E EQUIPAMENTOS DE TRABALHO	63
5.1.	CONDICIONALISMOS À SELEÇÃO DE SUBEMPREENHEIROS, TRABALHADORES INDEPENDENTES, FORNECEDORES DE MATERIAIS E EQUIPAMENTOS DE TRABALHO	66
5.1.1.	CONDICIONANTES À SELEÇÃO DE SUBEMPREENHEIROS.....	66
5.1.2.	CONDICIONANTES À SELEÇÃO DE TRABALHADORES INDEPENDENTES	67
5.1.3.	CONDICIONANTES À SELEÇÃO DE FORNECEDORES DE MATERIAIS	67
5.1.4.	CONDICIONANTES À SELEÇÃO DE EQUIPAMENTOS DE TRABALHO.....	68
6.	DIRETRIZES DA ENTIDADE EXECUTANTE RELATIVAMENTE A SUBEMPREENHEIROS E TRABALHADORES INDEPENDENTES COM ATIVIDADE NO ESTALEIRO EM MATÉRIA DE PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS	69
8.	SISTEMA DE GESTÃO DE INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO ENTRE TODOS OS INTERVENIENTES NO ESTALEIRO	76
9.	SISTEMA DE INFORMAÇÃO E DE FORMAÇÃO DE TODOS OS TRABALHADORES PRESENTES NO ESTALEIRO, EM MATÉRIA DE PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS.....	78
9.1.	PLANO DE FORMAÇÃO DE SEGURANÇA.....	79
10.	PROCEDIMENTO DE EMERGÊNCIA, INCLUINDO MEDIDAS DE EVACUAÇÃO E SOCORRO.....	82
10.1.	PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA	82
	ANEXO 1- CONTATOS DE EMERGÊNCIA.....	84
	ANEXO 2- INSTRUÇÕES EM CASO DE ACIDENTE	85

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 4 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

11.	<i>SISTEMA DE COMUNICAÇÃO DE OCORRÊNCIA DE ACIDENTES E INCIDENTES NO ESTALEIRO</i>	87
12.	<i>Sistema de Transmissão de Informação ao Coordenador de Segurança em obra para a Elaboração da Compilação Técnica da Obra</i>	89
13.	<i>INSTALAÇÕES SOCIAIS PARA O PESSOAL EMPREGADO NA OBRA</i>	90
13.1	<i>Vestiários</i>	90
13.2	<i>Dormitórios</i>	90
13.3	<i>Refeitório</i>	90
13.4	<i>Instalações Sanitárias</i>	90
14.	<i>PEÇAS DO PROJETO COM RELEVÂNCIA PARA A PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS</i>	91
15.	<i>PORMENOR E ESPECIFICAÇÃO RELATIVOS A TRABALHOS QUE APRESENTEM RISCOS ESPECIAIS</i>	92
16.	<i>ORGANOGRAMA E RESPONSABILIDADES</i>	93
17.	<i>REGISTO DAS ATIVIDADES INERENTES A PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS</i>	96
18.	<i>REGISTO DAS ATIVIDADES DE COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA</i>	96

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 5 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

1. INTRODUÇÃO

1.1. CAMPO DE APLICAÇÃO

O presente Plano de Segurança e Saúde (PSS) destina-se à obra de REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA, este é um documento que nos termos do disposto no Decreto-lei n.º 273/2003, de 29 de Outubro, tem como objetivo estabelecer um conjunto de regras de observação obrigatória a adotar na execução dos trabalhos do empreendimento.

Este documento é evolutivo e a sua execução adaptada às diversas fases construtivas, entrando sempre em linha de conta com riscos especiais envolvidos na execução dos diferentes trabalhos.

A Entidade Executante antes de realizar qualquer tarefa, deverá consultar o PSS, de forma a executar os trabalhos segundo as indicações preconizadas no mesmo. Contudo, sempre que o PSS for omissivo a alguma tarefa, terá o executante que proceder à sua atualização e posteriormente submeter à validação técnica por parte do Coordenador de Segurança, para que seja posteriormente aprovado pelo dono de obra.

1.2. ORGANIZAÇÃO E GESTÃO DO PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

O presente plano de Segurança e Saúde está organizado por capítulos de acordo com o anexo II do Dec.- lei n.º 273/2003, sendo que cada capítulo tem paginação e anexos próprios.

A elaboração do Plano de Segurança e Saúde é da responsabilidade do projetista, sendo validado pelo Coordenador de Segurança na fase de projeto e posteriormente aprovado pelo Dono de Obra.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 6 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

A adaptação do presente Plano de Segurança e Saúde é da responsabilidade da Entidade Executante da obra, sendo a validação técnica efetuada pelo Coordenador de Segurança em obra e a sua aprovação pelo Dono de Obra.

Qualquer entidade interveniente na execução da obra pode propor alterações ao presente plano de Segurança e Saúde.

O conteúdo do Plano de Segurança e Saúde em obra, quando considerado desadequado, pode ser adaptado, sendo para tal obrigatória a aprovação pelo Dono de Obra com a validação do Coordenador de Segurança em obra.

O registo de cada alteração é efetuado no capítulo 0.

O plano de Segurança e Saúde é apresentado sob a forma de dossier, de forma a facilitar a sua atualização e consulta.

Deste modo a Entidade Executante, propõe o seguinte PSS para fase de obra, que cumpre os requisitos exigidos por lei, com a seguinte formatação:

- PSS da Fase de Projeto - Será incluído o PSS de fase de projeto fornecido pelo Dono de Obra.
- PSS da Fase de Obra
 - Capítulo 1 – Avaliação e Hierarquização dos Riscos reportados ao Processo construtivo
 - Capítulo 2 – Projeto de Estaleiro e Memória Descritiva
 - Capítulo 3 – Requisitos de Segurança e Saúde, segundo os quais decorrem os trabalhos
 - Capítulo 4 – Cronograma Detalhado dos Trabalhos
 - Capítulo 5 – Condicionalismos à seleção de Subempreiteiros, Trabalhadores
 - Capítulo 6 – Diretrizes da Entidade Executante Relativamente a Subempreiteiros e Trabalhadores
Independentes com atividade no Estaleiro em Matéria de Prevenção de Riscos Profissionais
 - Capítulo 7 – Meios para assegurar a cooperação e a comunicação entre todos os intervenientes em obra
 - Capítulo 8 – Sistema de Gestão de Informação e Comunicação entre todos os intervenientes no Estaleiro
 - Capítulo 9 – Sistemas de Informação e de Formação de todos os trabalhadores presentes no Estaleiro, em matéria de Prevenção de Riscos Profissionais

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 7 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Capítulo 10 – Procedimento de Emergência, incluindo medidas de Evacuação e Socorro
- Capítulo 11 – Sistema de Comunicação da Ocorrência de Acidentes e nos incidentes no estaleiro
- Capítulo 12 – Instalações Sociais para o pessoal na obra
- Capítulo 13 – Peças de Projeto com relevância para a prevenção de riscos profissionais
- Capítulo 14 – Pormenor e especificações relativos a trabalhos que apresentem riscos especiais
- Capítulo 15 – Organograma do estaleiro com definição de funções, tarefas e responsabilidades
- Capítulo 16 – Registo das atividades inerentes à prevenção de riscos profissionais
- Capítulo 17 – Registo das atividades do Coordenador de Segurança

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 8 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

LEGISLAÇÃO APLICÁVEL

Numa empreitada de construção aplica-se toda a regulamentação de segurança e de saúde que se encontre em vigor, nomeadamente a seguinte:

- **Decreto-Lei n.º 41820 de 11 de Agosto de 1958** (Estabelece a fiscalização e infrações às normas de segurança para protecção do trabalho nas obras de construção civil).
- **Decreto-Lei n.º 41821 de 11 de Agosto de 1958** (Aprova o Regulamento de Segurança no Trabalho da Construção Civil – RSTCC).
- **Decreto-Lei n.º 46427 de 10 de Julho de 1965** (Aprova o Regulamento das Instalações Provisórias do Pessoal Empregado nas Obras – RIPPEO).
- **Decreto-Lei n.º 308/89 de 14 de Setembro** (Comete ao CMOPP competência para fiscalizar a protecção, organização e sinalização de estaleiro de obras).
- **Decreto-Lei n.º 128/93, de 22 de Abril** (Estabelece as exigências técnicas de segurança a observar pelos equipamentos de protecção individual, de acordo com a diretiva n.º 89/686/CEE, de 21 de Dezembro).
- **Decreto-Lei n.º 330/93, de 25 de Setembro** (Transpõe para o direito interno a Directiva n.º 90/269/CEE, de 29/5 relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde na movimentação manual de cargas).
- **Decreto-Lei n.º 331/93, de 25 de Setembro** (Transpõe para o direito interno a Directiva n.º 89/655/CEE, de 30 de Novembro relativa às prescrições mínimas de segurança e saúde na utilização de equipamentos de trabalho).
- **Decreto-Lei n.º 347/93, de 1 de Outubro** (Transpõe para o direito interno a Directiva n.º 89/654/CEE, de 30 de Novembro relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde para os locais de trabalho).
- **Decreto – Lei n.º 348/93, de 1 de Outubro** (Transpõe para o direito interno a Directiva n.º 89/654/CEE, de 30 de Novembro relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde na utilização de equipamentos de protecção individual).
- **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).

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 9 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- **Portaria n.º 988/93, de 6 de Outubro** (Estabelece a descrição técnica do equipamento de protecção individual, de acordo com o artigo 7º do Decreto – Lei n.º 9348/93, de 1 de Outubro).
- **Decreto-Lei n.º 362/93, de 15 de Outubro** (Estabelece as regras relativas à informação estatística sobre acidentes de trabalho e doenças profissionais)
- **Portaria n.º 1131/93, de 4 de Novembro** (Estabelece as exigências essenciais relativas à saúde e segurança aplicáveis aos equipamentos de protecção individual, de acordo com o artigo 2º do Decreto – Lei n.º 128/93, de 22 de Abril)
- **Decreto-Lei n.º 141/95, de 14 de Junho** (Transpõe para o direito interno a Directiva n.º 92/58/CEE, de 24 de Junho, relativa a prescrições mínimas para a sinalização de segurança e de saúde no trabalho.
- **Decreto-Lei n.º 214/95, de 18 de Agosto** (Estabelece as condições de utilização e comercialização de máquinas usadas visando eliminar riscos para a segurança e saúde das pessoas).
- **Portaria n.º 1456-A/95, de 11 de Dezembro** (Regulamenta as prescrições mínimas de colocação e utilização da sinalização de segurança e saúde no trabalho).
- **Portaria n.º 101/96, de 3 de Abril** (Estabelece as regras técnicas de concretização das prescrições mínimas de segurança e saúde nos locais e postos de trabalho dos Estaleiros).
- **Portaria n.º 109/96, de 10 de Abril** (Altera os anexos I, II, IV e V da Portaria 1131/93 de 4 de Novembro).
- **Portaria n.º 695/97, de 19 de Agosto** (Altera os anexos I e V da Portaria 1131/93 de 4 de Novembro).
- **Decreto-Lei n.º 100/97, de 13 de Setembro** (Regime jurídico dos acidentes de trabalho).
- **Decreto Regulamentar 22-A/98, de 1 de Outubro** (Regulamento de Sinalização de Trânsito).
- **Decreto-Lei n.º 143/99, de 30 de Abril** (Regulamenta a Lei n.º 100/97, de 13 de Setembro, no que respeita à reparação de danos emergentes de acidentes de trabalho).
- **Decreto-Lei n.º 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).
- **Decreto-Lei n.º 4/2001, de 10 de Janeiro** (Estabelece as condições de entrada, permanência, saída e afastamento de estrangeiros do território português).

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 10 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- **Portaria n.º 104/2001, de 21 de Fevereiro** (Aprova os programas de concurso tipo, os cadernos de encargo tipo, respetivos anexos e memorandos, para serem adotados nas empreitadas de obras públicas).
- **Decreto-Lei n.º 273/2003, de 29 de Outubro** (Procede à revisão da regulamentação das condições de segurança e de saúde no trabalho em estaleiros temporários ou móveis).
- **Decreto-Lei n.º 50/2005, de 25 de Fevereiro** (Prescrições mínimas de segurança e de saúde para a utilização pelos trabalhadores de equipamentos de trabalho).
- **Decreto-Lei n.º 178/2006, de 5 de Setembro** (Regime Geral da Gestão de Resíduos).
- **Decreto-Lei n.º 182/2006, de 6 de Setembro** (Prescrições mínimas de segurança e de saúde em matéria de exposição dos trabalhadores aos riscos devidos aos agentes físicos).
- **Decreto-Lei n.º 9/2007, de 17 de Janeiro** (Regulamento Geral do Ruído).
- **Decreto-Lei n.º 46/2008, de 12 de Março** (Aprova o Regime de Gestão dos Resíduos de Construção e Demolição).
- **Decreto-Lei n.º 103/2008, de 24 de Junho** (Estabelece as regras relativas à colocação no mercado e entrada em serviço das máquinas e respetivos acessórios).
- **Lei nº7/2009 de 12 de Fevereiro** (Revisão do Código do Trabalho).
- **Lei nº 3/2014 de 28 de janeiro (em vigor desde 27 de fevereiro de 2014)**, que procede à segunda alteração ao regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho, aprovado pela **Lei n.º 102/2009 de 10 de Setembro** cuja primeira alteração foi introduzida pela **Lei nº 42/2012 de 28 de agosto**.
- **Contrato Coletivo de Trabalho Vertical** aplicável às empresas que se dedicam atividade

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 11 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

1. AVALIAÇÃO E HIERARQUIZAÇÃO DOS RISCOS REPORTADOS AO PROCESSO CONSTRUTIVO

A avaliação de Riscos Profissionais é um processo dinâmico dirigido a estimar a magnitude do risco para a saúde e a segurança dos trabalhadores no seu local de trabalho, decorrente das circunstâncias em que o perigo pode ocorrer, tendo em vista obter a informação necessária para adotar medidas preventivas que minimizem a ocorrência de acidentes.

1.1 AVALIAÇÃO E HIERARQUIZAÇÃO DOS RISCOS E TÉCNICAS DE PREVENÇÃO

A avaliação e hierarquização dos riscos deve ser baseada no processo construtivo, abordando operação a operação, de acordo com o plano de trabalhos estabelecido.

Quando se analisam os riscos das atividades, considera-se que os trabalhadores cumprem os procedimentos, instruções e demais prescrições em vigor no estaleiro, utilizem ferramentas e equipamentos em bom estado de conservação e não tenham comportamentos de risco. Assegurar que os pressupostos anteriores são cumpridos, é a missão da equipa dirigente do estaleiro (dono de obra, diretor de obra, encarregado coordenador, técnico de segurança...)

No que diz respeito à identificação de perigos e avaliação dos riscos a metodologia adotada pela organização compreende as seguintes 5 etapas abaixo identificadas:

1º - Classificar o risco quanto ao Nível de Deficiência (ND)

Nível de Deficiência	ND	Significado
Aceitável (A)	1	Não foram detetadas anomalias. O perigo está controlado
Insuficiente (I)	2	Foram detetados fatores de risco de menor importância. É de admitir que o dano possa ocorrer algumas vezes.
Deficiente (D)	6	Foram detetados alguns fatores de risco significativos. O conjunto de medidas preventivas existentes tem a sua eficácia reduzida de forma significativa.
Muito deficiente (MD)	10	Foram detetados fatores de risco significativos. As medidas preventivas existentes são ineficazes. O dano ocorrerá na maior parte das circunstâncias
Deficiência Total (DT)	14	Medidas preventivas inexistentes ou desadequadas. São esperados danos na maior parte das situações.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 12 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

2º - Classificar o risco quanto ao Nível de Exposição (NE)

Nível de Exposição	NE	Significado
Esporádica (E)	1	Uma vez por ano ou menos e por pouco tempo (minutos)
Pouco frequente (PF)	2	Algumas vezes por ano e por período de tempo determinado.
Ocasional (O)	3	Algumas vezes por mês.
Frequente (F)	4	Várias vezes durante o período laboral, ainda que, com tempos curtos – várias vezes por semana ou diário.
Continuada Rotina (CR)	5	Várias vezes por dia com tempo prolongado ou continuamente.

3º - Determinar o Nível de Probabilidade (NP)

O nível de probabilidade é definido por $NP = NE \times ND$

			Nível de Exposição				
			Esporádica	Pouco frequente	Ocasional	Frequente	Continua
			1	2	3	4	5
Nível de deficiência	Aceitável	1	1	2	3	4	5
	Insuficiente	2	2	4	6	8	10
	Deficiente	6	6	12	18	24	30
	Muito deficiente	10	10	20	30	40	50
	Deficiência Total	14	14	28	42	56	70

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 13 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Nível de Probabilidade	NP	Significado
Muito Baixa	[1;3)	Não é de esperar que a situação perigosa se materialize, ainda que possa ser concebida.
Baixa	[4;6)	A materialização da situação perigosa pode ocorrer.
Média	[8;20)	A materialização da situação perigosa é possível de ocorrer pelo menos uma vez com danos.
Alta	[24;30]	A materialização da situação perigosa pode ocorrer várias vezes durante o período de trabalho.
Muito Alta	[40;70)	Normalmente a materialização da situação perigosa ocorre com frequência.

4º - Classificar o Nível de Severidade (NS)

Nível de Severidade	NS	Significado	
		Danos Pessoais	Danos Materiais
Insignificante (I)	10	Não há danos pessoais.	Pequenas perdas materiais
Leve (L)	25	Pequenas lesões que não requerem hospitalização. Requer apenas 1ºs socorros	Reparação sem paragem do processo.
Grave (G)	60	Lesões com incapacidade laboral transitória. Requer tratamento médico.	Requer a paragem do processo para efetuar a reparação.
Muito Grave (MG)	90	Lesões com incapacidade laboral transitória. Requer um tratamento médico.	Destruição parcial do sistema (reparação complexa e onerosa)
Mortal ou Catastrófico (M)	155	Uma ou mais vítimas mortais.	Destruição de um ou mais sistemas (difícil Renovação / reparação)

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 14 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

5º Determinar o Nível de Risco (NR) e avaliar a sua Aceitabilidade

O nível de risco será o resultado do produto do nível da probabilidade pelo nível da severidade (consequências)

Nível de risco	Valor	Classificação
NP x NS	≥ 3360	<u>Risco</u> ser considerado como <u>não aceitável</u> : Risco não aceitável
	< 3360 mas possui requisito legal	<u>Risco</u> que necessita de <u>controlo</u> : Possui requisito legal ou outros requisitos aplicáveis
	< 3360	Risco Aceitável

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

Segue em anexo a tabela de materiais com riscos especiais em obra:

REGISTO DE MATERIAIS COM RISCOS ESPECIAIS					
IDENTIFICAÇÃO			IDENTIFICAÇÃO		
N.º	TRABALHOS	RISCOS ESPECIAIS	B	M	A
1	Cimento	Dermatoses		X	
		Problemas respiratórios	X		
2	Poeiras	Problemas respiratórios			X
		Carcinoma		X	
3	Agentes químicos	Dermatoses		X	
		Intoxicação			X
		Incêndio			X
4	Combustíveis	Incêndio			X
		Explosão			X
		Intoxicação		X	
		Queimaduras			X
		Poluição			X
5	Óleos lubrificantes	Queimaduras		X	
		Intoxicação		X	
		Incêndio			X
		Explosão		X	
6	Óleo de descofrante	Carcinoma		X	
		Dermatoses			X
7	Betão	Dermatoses			X
		Contaminação de Solos Agrícolas			X
		Poluição			X
		Poeiras		X	
		Doenças			X
		Contaminação			X
8	Resíduos	Poluição			X
		Poeiras		X	
		Doenças			X
		Contaminação			X

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 16 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Atividade	Perigos	Danos	Avaliação de Riscos			Observações
			NS	NP	Classificação do risco	
Montagem do Estaleiro	Queda ao mesmo	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Montagem de Estaleiro
	Queda em altura	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Montagem de Estaleiro
	Atropelamento	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Montagem de Estaleiro
	Choque com objetos móveis	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Montagem de Estaleiro
	Capotamento	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Montagem de Estaleiro
	Exposição a substâncias nocivas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Montagem de Estaleiro
	Incêndio	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Montagem de Estaleiro

Trabalhos em coberturas	Queda de pessoas a nível diferente	Lesões várias	50	10	500	Ver FPS – Trabalhos de coberturas
	Queda de pessoas ao mesmo nível	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de coberturas
	Queda de objetos em manipulação	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de coberturas
	Queda de objetos desprendidos	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Trabalhos de coberturas
	Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de coberturas
	Projeção de fragmentos ou partículas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de coberturas

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 17 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Atividade	Perigos	Danos	Avaliação de Riscos			Observações
			NS	NP	Classificação do risco	
	Entaladela ou esmagamento por ou entre objetos	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de coberturas
	Sobre-esforços ou posturas inadequadas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de coberturas
	Exposição a substâncias nocivas ou tóxicas	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de coberturas
	Contatos elétricos	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de coberturas
Trabalhos de carpintarias	Queda de pessoas a nível diferente	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
	Queda de pessoas ao mesmo nível	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
	Queda de objetos em manipulação	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
	Queda de objetos desprendidos	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
	Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
	Projeção de fragmentos ou partículas	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
	Entaladela ou esmagamento por ou entre objetos	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
	Sobre-esforços ou posturas inadequadas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 18 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Atividade	Perigos	Danos	Avaliação de Riscos			Observações
			NS	NP	Classificação do risco	
	Contatos elétricos	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
	Exposição ao ruído	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
	Exposição a vibrações	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Trabalhos de carpintarias
Trabalhos de montagem de instalações especiais	Queda de pessoas a nível diferente	Lesões várias	50	10	500	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
	Queda de pessoas ao mesmo nível	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
	Queda de objetos em manipulação	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
	Queda de objetos desprendidos	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
	Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
	Projeção de fragmentos ou partículas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
	Sobre-esforços ou posturas inadequadas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
	Exposição a substâncias nocivas ou tóxicas	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
	Contatos elétricos	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
	Exposição ao ruído	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 19 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Atividade	Perigos	Danos	Avaliação de Riscos			Observações
			NS	NP	Classificação do risco	
Trabalhos de montagem de instalações especiais	Incêndio	Lesões várias	50	5	250	Ver FPS – Trabalhos de montagem de instalações especiais
Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos	Queda de pessoas a nível diferente	Lesões várias	50	10	500	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
	Queda de pessoas ao mesmo nível	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
	Queda de objetos em manipulação	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
	Queda de objetos desprendidos	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
	Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
	Projeção de fragmentos ou partículas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
	Sobre-esforços ou posturas inadequadas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
	Exposição a substâncias nocivas ou tóxicas	Lesões várias	50	10	500	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
	Contatos elétricos	Lesões várias Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
	Exposição ao ruído	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 20 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Atividade	Perigos	Danos	Avaliação de Riscos			Observações
			NS	NP	Classificação do risco	
Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos	Incêndio	Lesões várias	50	5	250	Ver FPS – Trabalhos de aplicação de pavimentos e revestimentos
Movimentação Manual de cargas	Queda de pessoas ao mesmo nível	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Movimentação manual de cargas
	Queda de objetos em manipulação	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Movimentação manual de cargas
	Pancadas e cortes por objetos ou ferramentas	Lesões várias	10	10	100	Ver FPS – Movimentação manual de cargas
	Projeção de fragmentos ou partículas	Lesões várias	10	5	50	Ver FPS – Movimentação manual de cargas
	Sobre-esforços ou posturas inadequadas	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Movimentação manual Lesões várias de cargas
	Entaladela	Lesões várias	5	5	25	Ver FPS – Movimentação manual de cargas

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 21 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

FICHA DE PROCEDIMENTO DE SEGURANÇA

TRABALHOS DE MONTAGEM/DESMONTAGEM DE ESTALEIRO

PERIGOS MAIS FREQUENTES

- Queda ao mesmo nível;
- Queda de pessoas a diferente nível;
- Elétricos;
- Quedas de Materiais;
- Projeção de Partículas;
- Atropelamento;
- Incêndio;
- Exposição ao Ruídos e Vibrações;

MEDIDAS DE PREVENÇÃO ACONSELHADAS

- Manter o estaleiro em perfeita ordem, arrumação e limpeza;
- Articular entre si s atividades que existam no local, ou no meio envolvente;
- Prestar informação aos trabalhadores sobre a organização do estaleiro e exigir o seu cumprimento;
- Elaborar um plano de sinalização de segurança do estaleiro, assim como a segurança rodoviária adequada;
- Deverá ser colocada sinalização destinada a condicionar o acesso a pessoas estranhas à obra, bem como a obrigatoriedade de Botas de proteção, capacete de proteção, colete refletor e máscara.
- Uso de EPI's adequados.

Elaborado:

Verificado:

Aprovado:

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 22 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- As vedações implementadas, devem ser colocadas de modo a não existir saliências em chapas ou pontas de ferro, que possam causar perigo.
- Se a vedação estrangular ou de qualquer modo alterar as condições de circulação automóvel das vias circundantes, tentar minimizar tais condicionalismos e sinalizar os constrangimentos residuais de acordo com os regulamentos legais em vigor.
- Se a vedação alterar ou eliminar as zonas pedonais deverão estas ser refeitas com passadiços apropriados resguardados lateralmente e bem iluminados.
- Nas vedações metálicas ter o cuidado de as afastar convenientemente dos elementos elétricos nus e em tensão para evitar a sua eletrização.
- O atravessamento dos tapumes metálicos por cabos elétricos só é admissível se os bordos do orifício do atravessamento estiverem de tal maneira protegidos com borracha ou outro tipo.
- Nenhuma área natural externa à área de implantação do projeto deve ser utilizada para estaleiro, depósito de materiais ou outra utilização, ainda que temporários;
- A área afetada pelo estaleiro deve ser sujeita a decapagem e armazenamento das terras vegetais. Esta armazenagem do horizonte superficial do solo deverá ser realizada no local selecionado para local de depósito dos inertes excedentes;
- Todos os locais de depósito de combustíveis, lubrificantes ou outras substâncias perigosas, deverão ser impermeabilizados e dispor de drenagem para tanques de retenção adequadamente dimensionados para poderem reter o volume máximo de contaminante suscetível de ser derramado;
- Após o término da obra todos os resíduos existentes no estaleiro deverão ser devidamente encaminhados para destino apropriado, mantendo assim o local limpo.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 23 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

EQUIPAMENTO DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL DOS TRABALHADORES ENVOLVIDO NA MONTAGEM/DESMONTAGEM DO ESTALEIRO

Capacete de protecção	Permanente
Botas com palmilha ou biqueira de aço	Permanente
Luvas de protecção mecânica	Permanente
Fato de trabalho	Permanente
Máscara	Permanente
Colete refletor	Permanente
Protetores auriculares	Quando necessário
Protecção dos olhos	Quando necessário
Arnês anti-queda	Quando necessário
Fato e calçado contra intempéries	Quando necessário

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 24 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

FICHA DE PROCEDIMENTO DE SEGURANÇA

TRABALHOS DE EXECUÇÃO DAS COBERTURAS

DEFINIÇÕES

TRABALHOS EM COBERTURAS – Engloba as atividades de construção e montagem de elementos de suporte e painéis sandwich em chapa perfilada ou outros, rufos, caleiras, forro de guarda fogos, impermeabilizações, pinturas e limpezas.

PERIGOS MAIS FREQUENTES

- Queda de trabalhadores a nível diferente;
- Queda de trabalhadores ao mesmo nível;
- Queda de objetos por desabamento ou desmoronamento;
- Queda de objetos desprendidos;
- Queda de objetos em manipulação;
- Choque contra objetos imóveis;
- Choque ou pancadas por objetos móveis;
- Pancadas e cortes por objetos e ferramentas;
- projeção de fragmentos ou partículas;
- Entaladela ou esmagamento por ou entre objetos;
- Sobre-esforços ou posturas inadequadas;
- Exposição ao ruído;
- Exposição a vibrações;
- Contactos elétricos;

CAUSAS PRINCIPAIS

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 25 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Falta de preparação do trabalho, nomeadamente, não verificar o estado de estabilidade e solidez dos elementos construtivos;
- Falta de acessos e plataformas de trabalho inadequadas;
- Falta de guarda corpos, ou montados deficientemente;
- Escorregamento em zonas húmidas ou molhadas;
- Locomoção sobre o coroamento das empenas;
- Desarrumação;
- Trabalho desorganizado (sobrecarga com materiais, retirada extemporânea de proteções coletivas...);
- Sobrecarga do piso com entulhos/materiais;
- Utilização de meios mecânicos de forma inadequada (utilizar equipamentos para além das capacidades indicadas pelo fabricante, paletes mal empilhadas ou desarrumadas);
- Utilização de andaimes ou bancadas improvisadas ou indevidamente montados;
- Não delimitar e sinalizar as zonas inferiores afetadas pelo trabalho;
- Trabalhar em condições atmosféricas adversas;
- Não utilizar os EPI (s) necessários, nomeadamente contra quedas em altura;
- Trabalhadores sem formação e desconhecimento dos riscos.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO ACONSELHADAS

- Antes de iniciar os trabalhos deve planear-se toda a intervenção tendo em conta os seguintes requisitos:
 - Tipo de cobertura e sua resistência;
 - Grau de inclinação da cobertura;
 - Materiais e equipamentos necessários à execução dos trabalhos;
 - Definição dos trajetos, tendo por objetivo deslocamentos racionais sobre a cobertura;
 - Delimitação e sinalização das áreas previstas para içar materiais, bem como outras áreas susceptíveis de serem afetadas;
 - Condições climatéricas expectáveis;

Elaborado:

Verificado:

Aprovado:

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 26 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Necessidade de montar e manter proteções coletivas;
- Caso seja necessário, definição dos locais de instalação das linhas de vida, ou pontos fixos para amarração do arnês anti-queda;
- Controlo médico (fichas de aptidão médica) e qualificação técnica dos trabalhadores;
- Antes de iniciar os trabalhos deve-se proteger os guarda fogos junto aos topos da cumeeira (ponto mais alto da cobertura) com guarda corpos numa extensão em que o perigo de queda em altura esteja afastado, assim como outras aberturas suscetíveis de proporcionar tais quedas. Se tal não for possível, (na tarefa de isolamento dos guarda fogos) e os andaimes para apoio ao revestimento das paredes exteriores não estiverem montados, todos os trabalhadores devem usar arnês com pára-quedas auto-retráctil, amarrados a um elemento de construção que ofereça resistência suficiente;
- No caso de ser necessário utilizar equipamento de protecção individual anti-queda, não deve ser permitido o uso de cordas de sujeição com comprimento superior a 1,50 m. Deve ser usado dispositivo anti-queda com enrolador progressivo (auto-retráctil). Todos os elementos (arnês, linhas de vida, cordas de sujeição, mosquetões e outros dispositivos), devem ser revistos periodicamente e mantidos de acordo com as instruções do fabricante;
- As paletes dos painéis perfilados devem ser içadas para a cobertura, ao ritmo a que vão sendo usadas, de forma a evitar sobrecargas. Devem ser depositadas, repartidas pelas vertentes, de forma a evitar sobre cargas e movimentações desnecessárias do pessoal sobre a cobertura;
- As zonas de trabalho devem manter-se limpas de detritos e lixo (plásticos, cartões e restos de embalagens). Para tal, deve ser limpa diariamente.
- Os acessos devem manter-se permanentemente desobstruídos e limpos de entulhos.

EQUIPAMENTO DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL DOS TRABALHADORES ENVOLVIDOS NA COBERTURA

Capacete de protecção	Permanente
Botas com palmilha ou biqueira de aço	Permanente
Luvas de protecção mecânica	Quando necessário

Elaborado:

Verificado:

Aprovado:

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 27 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Fato de trabalho	Permanente
Protetores auriculares	Quando necessário
Protecção dos olhos	Quando necessário
Máscaras faciais tipo P2	Quando necessário
Colete reflector	Permanente
Arnês anti-queda	Quando necessário

FICHA DE PROCEDIMENTO DE SEGURANÇA

TRABALHOS DE MONTAGEM DE ENVIDRAÇADOS

DEFINIÇÕES TRABALHOS DE MONTAGEM DE ENVIDRAÇADOS – Engloba as actividade de transporte e montagem de painéis de vidro.
PERIGOS MAIS FREQUENTES • Queda de trabalhadores a nível diferente; • Queda de trabalhadores ao mesmo nível; • Queda de objetos por desabamento ou desmoronamento; • Queda de objetos desprendidos; • Queda de objetos em manipulação; • Marcha sobre os objetos; • Choque contra objetos imóveis; • Choque ou pancadas por objetos móveis; • Pancadas e cortes por objetos e ferramentas; • projeção de fragmentos ou partículas;

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 28 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Entaladela ou esmagamento por ou entre objetos;
- Sobre-esforços ou posturas inadequadas;
- Exposição ao ruído;
- Contactos elétricos;

CAUSAS PRINCIPAIS

- Desarrumação dos locais de trabalho;
- Retirar proteções às máquinas;
- Trabalho desorganizado (atravancamento de locais de passagem, trabalhos que deviam ser efetuados por dois trabalhadores serem efetuados só por um);
- 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 (especialmente os vidros recém montados);
- Trabalhar em condições atmosféricas adversas;
- Não utilizar os EPI(s) necessários, nomeadamente contra quedas em altura;
- Trabalhadores sem formação e desconhecimento dos riscos.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO ACONSELHADAS

- A montagem do vidro deve realizar-se, sempre que possível, a partir do interior do edifício. Os trabalhadores que realizam esta tarefa devem, quando necessário, usar arnês anti-queda amarrado a elementos que apresentem resistência suficiente;
- A zona de trabalhos deve ser delimitada e sinalizada. Deve ser rigorosamente proibido todo e qualquer trabalho por debaixo das zonas de movimentação e instalação do vidro.
- Em fachadas o trabalho deve ser suspenso quando soprar vento superior a 40 Km/h, quando chover com intensidade ou com temperaturas inferiores a 0° C;
- Os vidros devem ser armazenados em local resguardado, sobre dormentes de madeira, em posição quase

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 29 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

vertical e contra uma base sólida. O local deve ser delimitado, sinalizado e restringido o acesso;

- Os vidros quando acabam de ser instalados, devem ser de imediato, pintados com uma tinta à base de cal (facilmente lavável), a fim de evidenciarem a sua presença. (Ou outro método com o mesmo fim);
- A movimentação manual ou mecânica dos envidraçados deve ser realizada com recurso a ventosas e, na posição vertical, a fim de evitar acidentes por rotura;
- As placas de vidro devem ser içadas no porta-paletes, nas embalagens em que forem fornecidas e devidamente amarradas;
- No caso de se quebrar um vidro, os fragmentos devem ser de imediato limpos a fim de evitar cortes.

EQUIPAMENTO DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL DOS TRABALHADORES ENVOLVIDOS NA MONTAGEM DE ENVIDRAÇADOS

Capacete de protecção	Permanente
Botas com palmilha ou biqueira de aço	Permanente
Luvas de protecção mecânica	Permanente
Fato de trabalho	Permanente
Protetores auriculares	Quando necessário
Protecção dos olhos	Quando necessário
Máscaras faciais tipo P2	Quando necessário
Colete refletor	Permanente
Arnês anti-queda	Quando necessário

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 30 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

FICHA DE PROCEDIMENTO DE SEGURANÇA

TRABALHOS DE MONTAGEM DE INSTALAÇÕES ESPECIAIS

DEFINIÇÕES

TRABALHOS DE MONTAGEM DE INSTALAÇÕES ESPECIAIS – Engloba as atividades de montagem de elevadores, instalações elétricas, telefónicas, de intercomunicação, instalação de gás, instalação de águas e esgotos e instalação de ar condicionado e/ou aquecimento central.

PERIGOS MAIS FREQUENTES

- Queda de trabalhadores a nível diferente;
- Queda de trabalhadores ao mesmo nível;
- Queda de objetos por desabamento ou desmoronamento;
- Queda de objetos em manipulação;
- Queda de objetos desprendidos;
- Marcha sobre os objetos;
- Choque contra objetos imóveis;
- Choque ou pancadas por objetos móveis;
- Pancadas e cortes por objetos e ferramentas;
- Projeção de fragmentos ou partículas;
- Sobre-esforços ou posturas inadequadas;
- Contactos elétricos;
- Exposição a substâncias nocivas ou tóxicas;
- Exposição ao ruído.

CAUSAS PRINCIPAIS

Elaborado:

Verificado:

Aprovado:

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 31 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Desarrumação dos locais de armazenamento e de trabalho;
- Retirar proteções às máquinas;
- Trabalho desorganizado (atravancamento de locais de passagem que deviam ser efetuados por dois trabalhadores serem efetuados só por um...);
- Utilização de meios mecânicos de forma inadequada (utiliza os equipamentos para além das capacidades indicadas pelo fabricante, paletes mal empilhadas ou desamarradas;
- Utilização de ferramentas em mau estado de conservação;
- Utilização de andaimes ou bancadas improvisadas ou indevidamente montadas;
- Não delimitar e sinalizar a zona de trabalhos;
- Não utilizar os EPI(s) necessários, nomeadamente contra quedas em altura;
- Trabalhadores sem formação e desconhecimento dos riscos.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO ACONSELHADAS

- As zonas de trabalho devem manter-se limpas de recortes e limalhas;
- As zonas de trabalho devem ser diariamente limpas, especialmente as bancadas de corte e rebarbagem, e os entulhos depositados em local indicado e , periodicamente serem enviados para vazadouro;
- Deve ser rigorosamente proibido soldar a chumbo em locais fechados e não ventilados;
- Deve ser rigorosamente proibido soldar cobre ou elementos que o contenham usando acetileno;
- Os elementos pesados (torres de refrigeração, extratores, compressores...) devem ser içados com recurso a pórticos indeformáveis. Os elementos devem ser pousados no solo, sobre uma superfície preparada com dornentes em madeira e deste local serem içados para a sua localização;
- Os elementos de grandes dimensões devem ser armazenados em local acessível, plano e devidamente travados e/ou escorados. Não devem ser colocados em zonas de passagem;
- As bobines devem ser armazenadas em local acessível, plano e devidamente travadas. Na obra nunca devem ser deixadas perto de escadas ou rampas;

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 32 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- A movimentação mecânica deve ser rigorosamente planeada tendo em atenção resistência dos locais onde serão descarregados os equipamentos;
- As cargas suspensas devem ser guiadas com cordas guias, sendo a manobra dirigida pelo encarregado. Deve ser rigorosamente proibido dirigir estas cargas diretamente com as mãos ou o corpo;
- Os troços de tubagem devem ser içados por lingas com pega “boca a boca” e passando pelo interior dos tubos, a fim de evitar o risco de queda da carga. Devido ao peso ser muito baixo, o trabalho de içagem destes troços de tubagem deve ser suspenso sempre que se verifiquem ventos superiores a 15 Km/h;
- Os tubos devem ser armazenados em local acessível. O armazenamento deve ser organizado por baías indicadoras de tipo e diâmetro. Os molhos deverão ser depositados em cima de barrotes de madeira, corretamente alinhados e, a altura das pilhas não deve ultrapassar 1,50m;
- O transporte horizontal com recurso a rolos deve ser executado com o pessoal estritamente necessário a fim de evitar atropelos e confusões. A carga deve ser empurrada pelas laterais a fim de evitar quedas nos rolos,
- A montagem de elementos nas cobertas só deve ser iniciada após a montagem das proteções anti-queda no perímetro;
- As grelhas deverão ser montadas, tendo o trabalhador que executa o trabalho, por apoio, plataformas de trabalho ou escadotes;
- Antes de se iniciarem os ensaios em elevadores, ou aparelhos de ar condicionado devem ser colocadas as proteções em todas as partes móveis das máquinas;
- Para efetuar qualquer ajuste ou reparação nas partes móveis das máquinas deve desligar-se o respetivo circuito elétrico no quadro de alimentação. O circuito deve ser sinalizado com uma placa: “Desligado por motivo de trabalho NÃO LIGAR”;
- Antes de se iniciarem os trabalhos de montagem do elevador no interior do poço, devem colocar-se guarda corpos em todas as aberturas existentes no poço;
- Antes de se iniciarem os trabalhos de montagem no interior do poço, devem ser retiradas todas as torneiras de águas provisórias, eventualmente existentes junto dos poços dos elevadores, a fim de evitar-se escorrências e os riscos daí decorrentes;

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

- Não deve instalar a cabine de montagem antes de decorrido o tempo de secagem e cura dos elementos resistentes do betão. A cabine deve possuir sistema de travagem em caso de descida brusca, e, antes de ser usada deve ser testada, carregando-a (posicionada a 30 cm do fundo do poço) com o peso máximo que deverá suportar mais 40%, como medida de segurança. Se o espaço entre a plataforma e as paredes do poço for superior a 30 cm, a plataforma deve possuir proteções em todo o perímetro;
- Os componentes dos elevadores (portas, guias, motores, cabines...9 só devem ser retirados da zona de armazenagem para serem montados de imediato, a fim de evitar os riscos de interferência com os locais de passagem;
- As portas dos pisos devem ser instaladas com os órgãos de segurança, impedindo a sua intempestiva, a fim de evitar quedas em altura no poço do elevador. As portas em fase de acabamento que não disponham dos órgãos de segurança devem ser sinalizadas com placas “Perigo de Queda em Altura”;
- As zonas de trabalho no poço do elevador devem ter uma iluminação mínima de 200 lux e que não provoque encandeamento;
- O transporte manual de tubos devem ser efetuado por dois trabalhadores. Sendo efetuado por um, deve ser ao ombro, inclinando a carga para trás de forma que a parte dianteira seja superior à altura de um homem;
- Os troços de tubagem e as chapas metálicas devem ser retirados do local de armazenagem por dois trabalhadores a fim de evitar desequilíbrios e sobre esforços;
- Os troços de tubagem devem ser retirados do estaleiro de montagem e montados de imediato, a fim de evitar acidentes por aglomeração;
- Durante as operações de corte, as chapas e tubagens devem permanecer bem apertadas nos tornos a fim de evitar movimentos indesejáveis;
- As proteções das couretes só devem ser retiradas quando se vai executar o trabalho. Após a conclusão do trabalho, as proteções devem repostas de imediato;
- O trabalho deve ser organizado de forma a evitar interferências entre tarefas complementares (eletricidade e telefones, ar condicionado, águas e esgotos, gás, elevadores) e a aglomeração de pessoal em determinadas áreas;
- Nos trabalhos em altura, devem utilizar-se bolsas de ferramentas e, quando deixar de ser usada, a ferramenta

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 34 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

deve voltar para a bolsa e não ser depositada sobre a plataforma de trabalho;

- Antes de executar ensaios em carga da instalação elétrica, todos os trabalhadores devem ser avisados e, os testes só serão efetuados após autorização do encarregado;
- Devido ao formato e fragilidade, a içagem dos sanitários deve ser efetuada com muito cuidado e, nas paletes em que chegaram à obra;
- O transporte manual de sanitários deve ser efetuado aos ombros. Os sanitários partidos, bem como os fragmentos devem ser transportados em carrinhos de mão;
- O assentamento de sanitários deve ser efectuado por dois trabalhadores.

EQUIPAMENTO DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL DOS TRABALHADORES ENVOLVIDOS NA MONTAGEM DE INSTALAÇÕES ESPECIAIS

Capacete de protecção	Permanente
Botas com palmilha ou biqueira de aço	Permanente
Fato de trabalho	Permanente
Colete reflector	Permanente
Luvas de protecção mecânica	Quando necessário
Protetores auriculares	Quando necessário
Protecção dos olhos	Quando necessário
Máscaras faciais tipo P2	Quando necessário
Arnês anti-queda	Quando necessário

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 35 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

FICHA DE PROCEDIMENTO DE SEGURANÇA

TRABALHOS DE APLICAÇÃO DE PAVIMENTOS REVESTIMENTOS
--

DEFINIÇÕES

TRABALHOS DE APLICAÇÃO DE PAVIMENTOS E REVESTIMENTOS – Engloba as atividades de transporte e assentamento de revestimentos cerâmicos, em madeira ou materiais sintéticos.

PERIGOS MAIS FREQUENTES

- Queda de trabalhadores a nível diferente;
- Queda de trabalhadores ao mesmo nível;
- Queda de objetos por desabamento ou desmoronamento;
- Queda de objetos em manipulação;
- Queda de objetos desprendidos;
- Marcha sobre os objetos;
- Choque contra objetos imóveis;
- Choque ou pancadas por objetos móveis;
- Pancadas e cortes por objetos e ferramentas;
- Projeção de fragmentos ou partículas;
- Sobre-esforços ou posturas inadequadas;
- Contactos elétricos;
- Exposição a substâncias nocivas ou tóxicas;
- Exposição ao ruído;
- Incêndio.

CAUSAS PRINCIPAIS

- Desarrumação dos locais de armazenamento e de trabalho;

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 36 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Retirar proteções às máquinas;
- Trabalho desorganizado (atravancamento de locais de passagem ...);
- Utilização de meios mecânicos de forma inadequada (utiliza os equipamentos para além das capacidades indicadas pelo fabricante, paletes mal empilhadas ou desamarradas);
- Utilização de ferramentas em mau estado de conservação;
- Utilização de andaimes ou bancadas improvisadas ou indevidamente montadas;
- Não delimitar e sinalizar a zona de trabalhos;
- Não utilizar os EPI(s) necessários, nomeadamente contra quedas em altura;
- Trabalhadores sem formação e desconhecimento dos riscos.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO ACONSELHADAS

- Antes de se iniciarem os trabalhos, os negativos existentes no piso devem ser tapados de forma provisória, a fim de evitar quedas. Logo que possível, deverão ser tapados de forma definitiva;
- Devem ser utilizadas ferramentas de corte com mola 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 acumulação de massa que solidificará;
- Os entulhos devem ser retirados através de calhas devidamente vedadas e com troços não superiores à altura de 2 pisos. A saída inferior da calha deve ter uma comporta para fazer parar o material. Deve ser rigorosamente proibido que os trabalhadores retirem material das calhas usando as mãos;
- A deposição das paletes de material deve ser realizada fora dos locais de circulação;
- Deve ser rigorosamente proibido fumar na zona de trabalho. Essa proibição deve ser sinalizada à entrada da zona de trabalhos;
- Quando se parar ou suspender o trabalho (à hora do almoço, por exemplo), as latas de cola devem ser devidamente tapadas. Devem ser colocados extintores nestes locais de trabalho;
- O transporte manual das placas de parquet ou de rolos de alcatifa deve ser efetuado, no mínimo, por dois

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 37 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

trabalhadores, a fim de evitar tropeções e choques. A sua deposição deverá ser realizada fora dos locais de circulação;

- As afagadoras devem possuir sistema de aspiração. Se, por avaria, houver acumulação de pó de madeira, o local deve ser ventilado a fim de evitar uma atmosfera nociva e/ou explosiva;
- A serradura produzida deve ser diariamente varrida e acondicionada em local apropriado até à sua evacuação para o exterior;
- 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 o uso de plataformas de trabalho em varandas ou terraços, sem redes anti-quedas;
- 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;
- Deve ser rigorosamente proibido abandonar sobre o solo, mesmo que por períodos curtos, ferramentas cortantes;
- Devem ser rigorosamente respeitadas as instruções das fichas de segurança dos produtos químicos;
- As zonas de trabalho devem ter uma iluminação mínima de 150 lux, medida a uma altura de 2 m do dolo e que não provoque encadeamento.

EQUIPAMENTO DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL DOS TRABALHADORES ENVOLVIDOS NOS TRABALHOS DE APLICAÇÃO DE PAVIMENTOS E REVESTIMENTOS

Capacete de protecção	Permanente
Botas com palmilha ou biqueira de aço	Permanente
Colete refletor	Permanente
Luvas de proteção mecânica	Permanente
Fato de trabalho	Permanente

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 38 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Protetores auriculares	Quando necessário
Protecção dos olhos	Quando necessário
Protecção das vias respiratórias	Quando necessário
Arnês anti-queda	Quando necessário
Fato e calçado contra intempéries	Quando necessário

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 39 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

FICHA DE PROCEDIMENTO DE SEGURANÇA – FPS 013

MOVIMENTAÇÃO MANUAL DE CARGAS

PERIGOS MAIS FREQUENTES

- Sofre-esforços ou movimentos incorretos (de que pode resultar hérnia discal, rotura de ligamentos, lesões musculares e das articulares);
- Choque com objetos;
- Entaladela / Esmagamento;
- Queda de objetos.
- Não utilizar os EPI's adequados, nomeadamente contra quedas em altura;
- Trabalhadores sem formação e desconhecimento dos riscos.
-

MEDIDAS DE PREVENÇÃO ACONSELHADAS

- Manter as zonas de movimentação arrumadas;
- Sinalizar as zonas de passagem perigosas;
- No caso de cargas com um peso superior a 30 kg em operações ocasionais e superior a 20 kg em operações frequentes, a movimentação de cargas deverá ser preferencialmente efetuada com auxílio de meios mecânicos;
- Utilizar ferramentas que facilitem o manuseamento de carga;
- Tomar precauções especiais na movimentação de cargas longas;

Elaborado:

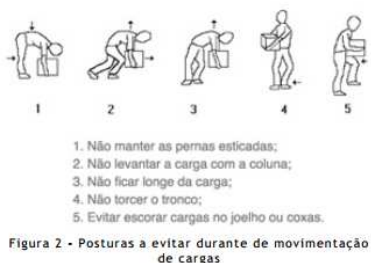
Verificado:

Aprovado:

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 40 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Adotar uma posição correta de trabalho (figura 1), tendo atenção os seguintes aspetos:
- O centro de gravidade do trabalhador deve estar o mais próximo possível e por cima do centro de gravidade da carga;
- O equilíbrio do trabalhador que movimenta uma carga depende essencialmente da posição dos pés, que devem enquadrar com a carga;
- O centro de gravidade do trabalhador deve estar situado sempre no polígono de sustentação;
- Adotar um posicionamento correto. Para tal, o dorso deve estar direito e as pernas fletidas;
- Usar a força das pernas. Os músculos das pernas devem ser usados em primeiro lugar e qualquer ação de elevação;
- Fazer trabalhar os braços em tração simples, isto é, estendidos. Devem, acima de tudo suste a carga e não levantá-la;
- Usar o peso do corpo para reduzir o esforço das pernas e dos braços;
- Orientar os pés. Quando uma carga é levantada e em seguida deslocada, é preciso orientar os pés no sentido em que se vai efetuar a marcha, a fim de encadear o deslocamento com o levantamento;
- Escolher a direção de impulso de carga. O impulso pode ser usado para ajudar a deslocar ou empilhar uma carga;
- Garantir uma correta posição das mãos. Para manipular objetos pesados ou volumosos, deve-se usar a palma das mãos e a base dos dedos. Quanto maior for a superfície de contacto das mãos com a carga, maior segurança existirá. Para favorecer um bom posicionamento das mãos, colocar calços sob as cargas.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------



-
- Trabalho em equipa
- Deve ser designado um responsável de manobra, que tem como atribuições:
- Avaliar o peso da carga para determinar o número de trabalhadores necessários;
- Prever o conjunto da operação;
- Explicar a operação;
- Colocar os trabalhadores numa boa posição de trabalho;
- Repartir os trabalhadores por ordem de estatura, o mais baixo à frente.

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 42 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

FICHA DE PROCEDIMENTO DE SEGURANÇA

MOVIMENTAÇÃO MANUAL DE CARGAS

PERIGOS MAIS FREQUENTES

- Desequilíbrio sem rutura e queda dos elementos ou da carga;
- Queda da carga por rutura dos cabos ou outro elemento;
- Desequilíbrio e queda da carga por má acomodação dos materiais;
- Queda em altura de materiais;
- Entalamento / Esmagamento.

MEDIDAS DE PREVENÇÃO ACONSELHADAS

- Estudo prévio da estrutura e da qualidade dos apoios;
- Utilizar manobrador habilitado e conhecedor das máquinas de elevação de cargas;
- Utilizar escadas de acesso adequadas;
- Acesso ao local condicionado a trabalhadores especializados e autorizados;
- Colocar proteções coletivas que protejam eficazmente os montadores;
- Efetuar verificações regulares, nomeadamente:
- Do terreno e da estabilização do equipamento de elevação;
- Da ausência de linhas elétricas na proximidade;
- Do local onde a carga é assente;
- Do peso das cargas

Elaborado:

Verificado:

Aprovado:

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 43 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Do estado de conservação dos cabos e estropos do equipamento de elevação;
- Dos ângulos dos estropos ou das lingas, para confirmar que não é excedida a sua carga máxima de utilização;
- Proibir a permanência sob as cargas suspensas;
- Evitar a existência de trabalhadores no perímetro da zona de descarga do material;
- Manter a carga em estado de equilíbrio no movimento, tendo em conta as condições climatéricas e do terreno;
- Se necessário, conduzir a movimentação da carga com cordas de orientação. Na proximidade de linhas elétricas de alta tensão as cordas devem conter um elemento isolante.

EQUIPAMENTO DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL DOS TRABALHADORES ENVOLVIDOS NOS TRABALHOS DE MOVIMENTAÇÃO MANUAL DE CARGAS

Capacete de protecção	Permanente
Botas com palmilha ou biqueira de aço	Permanente
Colete refletor	Permanente
Luvas de proteção mecânica	Permanente
Fato de trabalho	Permanente
Protetores auriculares	Quando necessário
Protecção dos olhos	Quando necessário
Proteção das vias respiratórias	Quando necessário
Arnês anti-queda	Quando necessário
Fato e calçado contra intempéries	Quando necessário

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 44 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

FICHA DE PROCEDIMENTO DE SEGURANÇA – FPS 100
--

MOVIMENTAÇÃO MANUAL DE CARGAS

PERIGOS MAIS FREQUENTES

- Queda de Materiais
- Queda de pessoas ao mesmo nível;
- Queda de pessoas a nível diferente
- Riscos elétricos;
- Projeção de partículas
- Exposição ao ruído ou vibrações
- Atropelamento

MEDIDAS DE PREVENÇÃO ACONSELHADAS

- Tendo em conta as acessibilidades e um estudo de transportes da obra (tipo de viaturas, frequência, sentidos de circulação, comprimentos das cargas, etc.), escolheu-se o local e tipo de portões a implantar.
- Escolha da localização das entradas do estaleiro de acordo com um estudo prévio da circulação quer da obra quer da envolvente.
- Criação de entradas separadas para viaturas e pessoal.
- Em todas as entradas da obra colocação de avisos e informações dissuasoras da entrada de pessoas estranhas.
- Informar, por meio de avisos, as possíveis visitas, da conduta que devem adotar para circular no interior do estaleiro e, bem assim, como se devem proteger.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 45 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Implantar a vedação de modo correto tendo o cuidado de não deixar chapas salientes, pontas de ferro ou qualquer outro material pontiagudo que possa vir a constituir elemento agressivo para terceiros.
- Ter em atenção que, se a vedação da obra ocultar ou reduzir a visibilidade da sinalização de trânsito pré-existente, esta deverá ser mudada ou repetida noutra local de modo a manter, pelo menos, a eficiência que era previsível ter antes da implantação da vedação.
- Se a vedação estrangular ou de qualquer modo alterar as condições de circulação automóvel das vias circundantes, tentar minimizar tais condicionalismos e sinalizar os constrangimentos residuais de acordo com os regulamentos legais em vigor.
- Se a vedação alterar ou eliminar as zonas pedonais deverão estas ser refeitas com passadiços apropriados resguardados lateralmente e bem iluminados.
- Se existir risco de queda de objetos de altura deverão as zonas de trânsito de passagem de peões ser protegidas com pala superior com uma largura ligeiramente maior que a zona do passeio.
- Nas vedações metálicas ter o cuidado de as afastar convenientemente dos elementos elétricos nus e em tensão para evitar a sua eletrização.
- O atravessamento dos tapumes metálicos por cabos elétricos só é admissível se os bordos do orifício do atravessamento estiverem de tal maneira protegidos com borracha ou outro tipo.
- Nenhuma área natural externa à área de implantação do projeto deve ser utilizada para estaleiro, depósito de materiais ou outra utilização, ainda que temporários;
- A área afetada pelo estaleiro deve ser sujeita a decapagem e armazenamento das terras vegetais. Esta armazenagem do horizonte superficial do solo deverá ser realizada no local selecionado para local de depósito dos inertes excedentes;
- Todos os locais de depósito de combustíveis, lubrificantes ou outras substâncias perigosas, deverão ser impermeabilizados e dispor de drenagem para tanques de retenção adequadamente dimensionados para poderem reter o volume máximo de contaminante suscetível de ser derramado;

Elaborado:

Verificado:

Aprovado:

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 46 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Após o término da obra todos os resíduos existentes no estaleiro deverão ser devidamente encaminhados para destino apropriado, mantendo assim o local limpo.

EQUIPAMENTO DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL DOS TRABALHADORES NA UTILIZAÇÃO DE ESCADAS DE MÃO E ESCADOTES

Capacete de protecção	Permanente
Botas com palmilha ou biqueira de aço	Permanente
Luvas de protecção mecânica	Permanente
Fato de trabalho	Permanente
Colete refletor	Permanente
Protetores auriculares	Quando necessário
Protecção dos olhos	Quando necessário
Arnês anti-queda	Quando necessário
Fato e calçado contra intempéries	Quando necessário

Elaborado:

Verificado:

Aprovado:

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 47 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

2. PROJETO DE ESTALEIRO E MEMÓRIA DESCRITIVA

O estaleiro de apoio à obra está localizado, tendo em conta as opções esquemáticas de avanço da frente de trabalho e o fácil acesso às zonas de trabalho, de forma a conseguir-se uma boa coordenação entre recursos.

Na fase da preparação da obra, foi estudada em conformidade com as exigências do dono da obra, a melhor disposição para as instalações de apoio, caminhos de acesso e outros elementos necessários ao perfeito desenrolar dos trabalhos.

As instalações de apoio possuem características adequadas à sua função e às necessidades previsíveis da obra e possuem mobiliário e equipamento adequado (ex.: mesa de reuniões, cadeiras, secretárias, armário, mesa de refeições ...).

Atribuiu-se especial atenção na organização do estaleiro, dando cumprimento à legislação aplicável aos seguintes aspetos:

- Prover a área de acessos e plataformas às diversas zonas do estaleiro;
- Distinguir as zonas sociais, de produção e aprovisionamento;
- Instalar equipamento de apoio à carga, descarga e arrumação do material e equipamento necessário à execução dos trabalhos;

Anexos ao capítulo 2:

- Planta de Estaleiro

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 48 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

2.1. LOCALIZAÇÃO

O Estaleiro será junto à zona de obra.

2.2. ORGANIZAÇÃO DO ESTALEIRO

O estaleiro de apoio será composto com um contentor destinado à Entidade Executante e à Direção Técnica de obra e por um contentor designado por “Refeitório”, que será também a Área de Isolamento.

O estaleiro será vedado. Estas vedações são provisórias para que no final da obra seja feita a sua remoção para local fora da obra.

2.2.1. ÁREA DESTINADA À ENTIDADE EXECUTANTE / FISCALIZAÇÃO

Para utilizações dos trabalhadores serão colocadas WC de tipo químicas sujeitas a limpeza semanal.

2.2.2. POSTO DE PRIMEIROS SOCORROS

Tal como indicado na Planta de Estaleiro, a obra irá dispor de uma caixa de primeiros socorros que se encontra nas instalações sociais e será devidamente identificado.

2.2.3. LOCAL PARA AFIXAÇÃO DE INFORMAÇÃO

No local indicado na planta, existirá uma vitrine para afixação da documentação sobre segurança e saúde, nomeadamente, a exigida por lei e a prevista no Plano de Segurança e Saúde, bem como outra eventualmente necessária.

2.2.4. ZONAS DE ARMAZENAMENTO

2.2.4.1 FERRAMENTARIA

Existirá em obra um compartimento e/ou contentor destinado a ferramentaria, que servirá para a colocação de materiais de pequenas dimensões, ferramentas e máquinas manuais. Estes materiais serão arrumados e

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 49 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

organizados de forma a permitir o fácil acesso/ circulação dentro da ferramentaria. A ferramentaria será controlada pelo ferramenteiro e pelo encarregado.

2.2.4.2 ARMAZENAMENTO DE PRODUTOS QUÍMICOS

Os produtos químicos serão colocados em local próprio, devidamente delimitado e sinalizado, onde será criada uma bacia de retenção, colocados meios de extinção de incêndio e combate a derrames.

Os produtos serão controlados pelo encarregado.

São colocadas neste local, para consulta, as fichas de segurança dos produtos químicos.

2.2.4.3 ARMAZENAMENTO DE OUTROS MATERIAIS

Existirão espaços próprios para armazenamento de materiais. Estes locais estão devidamente sinalizados e delimitados. Os locais de descarga e armazenagem de materiais é feito por categorias, de forma que haja acesso e manobra adequada e de forma a não ocuparem as vias de circulação. A altura do empilhamento dos materiais será adequada de forma a oferecer estabilidade aos materiais.

2.3. REDES TÉCNICAS

REDE DE ABASTECIMENTO DE ÁGUA

A rede de abastecimento de águas será ligada à rede pública.

REDE DE DISTRIBUIÇÃO ELÉTRICA

Será instalada uma rede de distribuição elétrica de forma a fornecer a energia necessária às diversas instalações do estaleiro, conforme indicado na planta de estaleiro.

Serão colocados pimenteiros nas frentes de obra de forma a abastecer as mesmas de energia.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 50 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

2.4 RECOLHAS DE LIXOS

Para a recolha de lixo existirá em obra vários big bag's e Eco obra, onde se fará a recolha seletiva. A periodicidade da sua recolha será definida posteriormente (conforme quantidade de lixo produzida). Todos estes elementos encontram-se indicados na planta de estaleiro.

2.5 CAMINHOS DE CIRCULAÇÃO

2.5.1 CIRCULAÇÃO DE PESSOAS

Os caminhos de circulação encontram-se indicativos na planta de estaleiro.

As vias de circulação devem estar sempre livres e desimpedidas.

Serão utilizadas escadas de mão e andaimes, para aceder a locais de trabalho.

2.5.2 CIRCULAÇÃO DE EQUIPAMENTOS

Os equipamentos para circular possuem sempre ligado o aviso sonoro de marcha-atrás e aviso luminoso.

Dentro do estaleiro, e conforme se encontra na planta de estaleiro, existe limitação de velocidade a 10Km/hora. Todos os manobreadores quando começam a trabalhar no estaleiro são alvo de uma ação de acolhimento. Estas regras são indicadas nessa ação promovida pelo técnico de segurança.

2.5.3 CONTROLO DE EQUIPAMENTOS

O controlo de equipamentos será efetuado pelo encarregado.

Todos os equipamentos antes de começarem a trabalhar, será reunida toda a documentação necessária (declaração de conformidade CE, manual de instruções em Português, Relatórios de Verificação de acordo com o 50/2005, Seguro de Responsabilidade Civil, Declaração de habilitações dos manobreadores).

2.6. SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA

O Plano de Sinalização encontra-se elaborado sobre a planta do estaleiro e estabelece todas as indicações relativas à sinalização de segurança e de saúde e à sinalização de circulação de pessoas e veículos no estaleiro.

A sinalização presente na obra é de fácil compreensão e informando convenientemente todos os operários.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 51 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

2.7. VEDAÇÃO E ACESSIBILIDADES

Todo o estaleiro será vedado adequadamente. Existe uma entrada em obra, que se destinam a pessoas e a equipamentos.

Nas entradas será colocada a sinalização conforme planta de estaleiro anexa.

CONTROLO DE ACESSOS NO ESTALEIRO

O controlo de acessos é realizado pelo encarregado da obra.

O TSHST verifica a documentação dos trabalhadores, conforme indicado no capítulo 5, IT-01- Controlo de Documentação, antes da entrada em obra.

Junto ao portão está colocada sinalização que referencia a proibição de entrada a pessoas não autorizadas e a obrigatoriedade de uso de capacete, colecte e botas de segurança.

Só pessoas autorizadas podem entrar no estaleiro, e terão que cumprir as regras estabelecidas para circulação no estaleiro.

Os visitantes devem ser acompanhados por um representante da entidade executante, fiscalização ou do dono de obra. (conforme o estipulado no capítulo 3).

2.8. CONDICIONALISMOS LOCAIS

São considerados condicionalismos locais todos os elementos que possam interferir com a implementação da obra e do estaleiro de apoio à sua execução.

Para os condicionalismos verificados serão criadas medidas adequadas para minimizar os eventuais riscos.

CONDICIONALISMOS	MEDIDAS	
Delimitação física da obra	Manter a vedação sempre completa onde se desenvolvam trabalhos.	
Redes Enterradas	Atender as plantas das redes enterradas disponibilizadas pelos diferentes serviços	
Existência de trânsito pedonal	Colocação de vedações com definição de caminhos de circulação;	
Elaborado:		Aprovado:
Verificado:		

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 52 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

3. REQUISITOS DE SEGURANÇA E SAÚDE SEGUNDO OS QUAIS DECORREM OS TRABALHOS

Este capítulo visa estabelecer as regras de segurança a cumprir em obra. Tem como principal objetivo a prevenção de acidentes no trabalho e a sua observância não dispensa o cumprimento da legislação vigente, nomeadamente o decreto-lei n.º 41 821/58 – Regulamento de Segurança no Trabalho da Construção Civil e o Decreto-Lei n.º 273/03 de 29 de Outubro – Estaleiros Temporários ou Móveis.

Para atingirmos o nosso objetivo (acidentes zero) definimos algumas regras de segurança que deverão ser cumpridas durante a execução da obra, tais como:

- Plano de Proteções Coletivas;
- Plano de Proteções Individuais;
- Plano de Saúde;
- Plano de Visitantes;

Anexos a este capítulo:

- Esquema indicativo para o inventário dos riscos com vista à utilização de proteção individual
- Distribuição de Equipamentos de Proteção Individual
- Controlo imprudências

Este capítulo encontra-se dividido em dois subcapítulos.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 53 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

3.1. REQUISITOS DE SEGURANÇA

3.1.1 PLANO DE PROTEÇÕES COLECTIVAS

O princípio da prioridade da proteção coletiva face à proteção individual deverá ser sempre considerado – exceto quando – a eliminação do risco não for tecnicamente possível. Os equipamentos de proteção coletiva a implementar em obra serão geridos de acordo com os avanços dos trabalhos e tendo em conta os riscos associados aos mesmos. Após análise do projeto da obra e dos métodos e processos construtivos a empregar, determinaram-se as medidas de protecção coletiva a implementar:

Riscos	Medidas de Proteção Coletiva	
Queda em altura:	- Utilização de passadiços com três níveis de guardas;	• Guarda - corpos (bainha ou garra) – Se for laje; • Andaimos – Trabalhos em altura; • Passadiços – Para acessos; • Escadas com guarda-corpos e patamares de acordo com o preconizado no DL 50/2005.
Queda ao mesmo nível:	- Limpeza do estaleiro e obra; - Arrumação ordenada de materiais de construção e de equipamento de estaleiro.	• Assoalhamento de vão de queda; • Balizamento de áreas de arrumação de materiais.
Deficiente iluminação	- Colocação de iluminação artificial em zonas que a iluminação natural seja insuficiente (conforme portaria 101/96 de 3 de Abril, art. 5º).	• Utilização de sistemas de iluminação.

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 54 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Riscos	Medidas de Protecção Coletiva	
Queda de Objetos	- Limpeza do estaleiro. - Limpeza da bordadura das escavações	• Colocação de rodapés; • Colocação de rede sombra em locais de queda de materiais; • Colocação de redes horizontais como medida de minimizar queda de materiais da cobertura.
Atropelamento	- Sinalização adequada; - Definição de caminhos pedonais diferentes circulação de viaturas. - Máquinas com pirilampo e aviso sonoro de marcha-atrás. - Organização da circulação	• Determinação de caminhos de circulação diferenciados (veículos e pessoas); • Sinalização temporária.
Soterramento:	- Delimitação de escavações efetuadas com três níveis de guardas ou rede de sinalização; - Delimitação das áreas de circulação de viaturas, junto à bordadura das escavações; - Colocação de painéis de entivação.	• Painéis de entivação; • Taludamento; • Execução de banquetas.

3.1.2. PLANO DE PROTECÇÕES INDIVIDUAIS

A elaboração de um plano de proteções individuais assenta essencialmente na utilização de equipamentos de proteção individual de forma a atenuar os riscos associados às tarefas que cada trabalhador desempenha.

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

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 55 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Em anexo, é apresentado um esquema relativamente aos riscos e com o princípio e alertar para a utilização de proteções coletivas, este esquema surge de acordo com o DL nº. 348/93 de 1 de outubro, e a portaria 988/93 de 6 de outubro.

Cabe ao trabalhador, usar o equipamento, respeitando as suas instruções de utilização e apresentando todas as anomalias ou defeitos que detete no equipamento.

No ato da entrega de Equipamentos de Protecção Individual, cada trabalhador deverá assinar a sua receção, competindo ao técnico de segurança informar dos riscos que cada EPI visa proteger. Nesse ato o trabalhador deverá também tomar conhecimento das suas obrigações assinando para o efeito uma declaração. A folha de registo de controlo de distribuição de EPI's, cujo modelo encontra-se em anexo, e será arquivado junto da documentação dos trabalhadores EPI's pode ser de uso obrigatório e uso temporário. O capacete, botas de biqueira de aço e colete de alta visibilidade são equipamentos de uso obrigatório.

O equipamento de uso temporário aplica-se aos seguintes casos:

- Local ruidoso – uso de protetores auriculares;
- Tempo chuvosos – uso de impermeáveis e botas de água;
- Agressões nas mãos – uso de luvas de protecção mecânica ou química.

No quadro abaixo, é apresentado um plano geral de utilização dos EPI's, indicando, para cada um deles as suas aplicações e ainda outras informações relevantes ao seu uso.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 56 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

EQUIPAMENTOS PROTECÇÃO INDIVIDUAL

Equipamento	Aplicação	Observações	Utilização
Capacete 	Aplicação: Protecção da cabeça Duração esperada: 1,5 a 2 anos	Utilização permanente em TODOS os trabalhos nos estaleiros.	Permanente
Óculos / Viseiras 	Aplicação: Utilizados para proteger a face e/ou os olhos, em trabalhos que envolvam risco de projecção de partículas, de materiais quentes ou cáusticos, de poeiras e fumos perigosos ou incómodos. Duração esperada: 2 anos		Temporária (de acordo com a atividade em curso)
Máscara de filtros físicos	Aplicação: Utilizados para proteger as vias respiratórias de ambientes com poeiras, aerossóis sólidos e líquidos Duração esperada: Em função do ritmo de respiração e do ambiente.	Definição caso a caso da classe dos filtros (classe 1, 2 ou 3)	Temporária (de acordo com a atividade em curso)
Luvas protecção	Aplicação: Utilização em todos os trabalhos de manuseamento de cargas ou objetos, com arestas expostas, saliências etc. Duração esperada: 1 mês	Deve ser adequada ao tipo de atividade em execução.	Temporária (de acordo com a atividade em curso)

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

Equipamento	Aplicação	Observações	Utilização
Abafadores	Aplicação: Utilizados para proteger os ouvidos, devendo ser implementados em zonas em que a exposição pessoal diária for suscetível de exceder 85dB. Duração esperada: 1 ano	Vantagens: Melhor atenuação das altas-frequências, facilidade uso e adaptação, facilidade de colocação, facilmente controlável o seu uso, mantêm-se bem ajustados mais tempo. Desvantagens: quentes; adaptação rígida à cabeça, dificuldade de uso com outros EPI, desconforto em utilização prolongada.	Temporária (de acordo com a atividade em curso)
Tampões	Aplicação: Utilizados para proteger os ouvidos, devendo ser implementados em zonas em que a exposição pessoal diária for suscetível de exceder 85dB. Duração esperada: 4 meses (exceto descartáveis)	Vantagens: Tamanho e leveza; facilidade de uso com outros EPI; mais frescos e confortáveis; melhor atenuação baixas frequências. Desvantagens: São aliviados pela conversação, mais difícil de adaptar, individualizados, difícil de controlar o uso, cuidados de limpeza	Temporária (de acordo com a atividade em curso)
Botas com palmilha e biqueira de aço	Aplicação: Utilização em todos os trabalhos nos estaleiros, para protecção dos pés da queda de materiais pesados ou cortantes Duração esperada: 1 ano	Deve ser adequada ao tipo de atividade em execução.	Permanente
Botas de borracha	Aplicação: Utilização em trabalhos em zonas inundadas, ou com líquidos cáusticos ou corrosivos, para protecção dos pés e membros inferiores Duração esperada: 1 ano		Temporária (de acordo com as condições climatéricas e de acordo com os condicionalismos da atividade)

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 58 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Equipamento	Aplicação	Observações	Utilização
Impermeáveis	Aplicação: Utilização em trabalhos exteriores com chuva. Utilização de fatos em PVC em trabalhos que envolvam projeção de líquidos cáusticos ou corrosivos Duração esperada: 1 ano		Temporária (de acordo com as condições climáticas e de acordo com os condicionaismo s da atividade)
Coletes refletor	Aplicação: Trabalhos na obra, Trabalhos noturnos, ou nas proximidades de vias. Duração esperada: 1 ano	A utilização do colete deve pressupor sempre a utilização de uma camisola (no interior) de forma a evitar queimaduras solares.	Permanente
Arnês	Aplicação: Em todos os trabalhos que apresentem o risco de queda livre e em que não possam ser utilizados outros tipos de equipamentos de protecção (nomeadamente coletiva).	A utilização do cinto de segurança pode ser combinada com dispositivos amortecedores de quedas.	Temporária (utilização de acordo com os condicionaismos dos trabalhos em altura)

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 59 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

3.1.3 CONTROLO DE IMPRUDÊNCIAS

De modo, a prevenir os atos inseguros ou imprudências que, muitas vezes dão origem a acidentes de trabalho, foi implementada uma metodologia, que tem como objetivo principal contribuir para o cumprimento das normas de segurança nas empreitadas, assim como consciencializar os trabalhadores para a importância do cumprimento das normas de segurança.

A metodologia consiste na prevenção e controlo de imprudências por parte dos intervenientes na obra, posto isto:

- se o trabalhador cometer **quatro imprudências leves**, este deve ser sujeito a ações de formação/ sensibilização específica, devendo ser advertido verbalmente e por escrito por cada uma das imprudências
- se o trabalhador cometer, **duas imprudências graves**, deverá ser afastado da obra por período de 5 dias e objeto de ação de formação / sensibilização específica, devendo ser advertido verbalmente e por escrito por cada uma das imprudências.

O critério para distinguir as imprudências leves das graves será em função do risco associado a cada uma das imprudências, do tipo de lesão que possa eventualmente causar, do número de trabalhadores possivelmente afetados, do facto de as medidas estarem ou não contempladas nas ações de formação realizadas e também atendendo aos casos em que os trabalhadores não disponham dos meios para cumprir as regras de segurança.

O registo é elaborado pelo Técnico de Segurança, e quando se justifique pelo Técnico de Segurança da Fiscalização.

Os trabalhadores responsáveis pelas imprudências serão advertidos verbalmente e por escrito por cada uma das imprudências efetuadas. Este procedimento é extensível a todos os intervenientes em obra.

Nas ações de acolhimento este procedimento será explicado a todos os trabalhadores e constará na vitrine de informações.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 60 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

CONTROLO DAS IMPRUDÊNCIAS		Nº.
Obra/Centro Produtivo:		
Diretor de Obra/Centro Produtivo:		
Técnico de Segurança:		

Nome:		Nº. trabalhador:	
Categoria profissional:		Data de Entrada em obra:	

Data	Descrição		
	Assinatura do Trabalhador:	Assinatura da Direção de Obra:	Assinatura do Tec. de Segurança:
	Assinatura do Trabalhador:	Assinatura da Direção de Obra:	Assinatura do Tec. de Segurança:

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 61 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

3.1.4 PLANO DE VISITANTES

O plano de visitantes destina-se a prevenir eventuais riscos decorrentes da entrada no estaleiro de pessoas autorizadas que não intervêm no processo de execução, devendo por isso receber instruções adequadas para procederem à visita com segurança.

A entrada de pessoas não autorizadas, deve ser proibida afixando-se avisos adequados em todos os acessos ao estaleiro.

Devido aos riscos inerentes à atividade da construção, o acesso de grupo de visitantes ao estaleiro, carece de autorização prévia do Dono de Obra e Diretor Técnico da empreitada obra e deve ser limitado ao número máximo de 10 visitantes.

A hora de chegada dos visitantes deve ser definida antecipadamente.

A autorização de entrada de visitantes no estaleiro deverá compreender designadamente as seguintes medidas de prevenção:

1. Todos os visitantes deverão identificar-se à entrada, indicando o seu nome e o de quem pretendem visitar;
2. Acompanhamento por pessoa conhecedora do estaleiro, que dará conhecimento aos visitantes sobre as medidas de segurança e uso de equipamentos de protecção individual em obra;
2. Cada visitante deverá utilizar capacete de protecção, botas com palmilha e biqueira de aço e colete de alta visibilidade



INSTRUÇÕES PARA VISITANTES

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 62 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Os visitantes que se deslocarem às frentes de obra, deverão ser acompanhados por pessoa conhecedora da empreitada e terão de utilizar os equipamentos de protecção individual (capacete de protecção, botas com palmilha e biqueira de aço e colete de alta visibilidade).

3.2 REQUISITOS DE SAÚDE

Com o Plano de Saúde dos Trabalhadores pretende-se assegurar a vigilância adequada da saúde dos trabalhadores em função dos riscos a que se encontram expostos, verificando a aptidão física e psíquica do trabalhador para o exercício da sua profissão.

De acordo com o referido anteriormente, os trabalhadores são submetidos aos seguintes exames médicos:

- **Exame de admissão** - No momento de entrada do trabalhador ao serviço
- **Exame periódicos** - Para menores de 18 anos e maiores de 50 anos (Anuais).
 - Para os restantes trabalhadores (2 em 2 anos)
- **Exames ocasionais** - Sempre que haja alterações nos meios utilizados no ambiente e na organização do trabalho suscetíveis de repercussão nociva na saúde do trabalhadores, bem como no regresso ao trabalho depois de uma ausência superior a 30 dias por motivo de doença ou acidente. Sempre que exista trabalhadores aptos condicionados, o Técnico de Segurança irá proceder a uma formação específica. Esta formação tem como objetivo clarificar ao trabalhador as tarefas que este se encontra apto e as que se encontra não apto para executar.

No contentor escritório existe uma farmácia com:

- Iopodovidona Dérmica
- Água Oxigenada
- Tesoura
- Pensos Rápidos
- Luvas
- Adesivo Estreito

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 63 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Compressas Esterilizadas 5X5
- Compressas Esterilizadas 7,5X7,5
- Ligaduras Elásticas 4x5
- Ampolas de Soro 5cc

O socorrista do estaleiro é o Encarregado. Nas ações de acolhimento aos trabalhadores é, além de outros pontos importantes, identificado o socorrista que se encontra sempre presente no Estaleiro.

4. PLANO DE TRABALHOS, EQUIPAMENTOS E MÃO-DE-OBRA

- Montagem de Estaleiro
- Substituição de cobertura (Remoção de Amianto), de salientar que esta atividade dever ser realizada por Empresa certificada pela ACT e o seu processo de remoção deve ser validado pela ACT)
- Substituição de Portas
- Instalações elétricas
- Substituição de Pavimentos
- Estrutura Metálica

5. CONDICIONALISMOS À SELEÇÃO DE SUBEMPREENHEIROS, TRABALHADORES INDEPENDENTES, FORNECEDORES DE MATERIAIS E EQUIPAMENTOS DE TRABALHO

Antes da entrada em obra dos subempreiteiros, o Diretor da Obra enviará ao Dono de Obra/Fiscalização e ao Coordenador de Segurança, uma informação com dados relativos ao subempreiteiro à identificação do subempreiteiro, trabalhos a realizar, datas previsíveis para entrada e saída da obra, identificação do nº. da apólice de seguro de acidentes de trabalho, de acordo com a IT 01- Controlo de Documentos, assim como a entrada de equipamentos.

Para um controlo eficiente dos subempreiteiros contratados pela entidade executante, será sempre preenchido o modelo correspondente.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 64 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Para o controlo da entrada dos equipamentos no estaleiro será sempre preenchido o modelo de acordo com o controlo documental da IT – 01, durante a sua utilização no estaleiro é feita uma verificação periódica de manutenção.

Será tomado em consideração as características dos materiais com riscos especiais e atenderemos às indicações contidas nos rótulos dos mesmos e nas respetivas fichas técnicas, as quais serão solicitadas ao fabricante ou fornecedor antes da receção dos materiais. Estas fichas depois de analisadas serão colocadas neste capítulo.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE	Página 65 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA	Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

	CONTROLO DE SUBEMPREENTEIROS		Número _____	Página ____/____
	Empreitada:		Código:	
	Dono da Obra:	Fiscalização:		
	Projectista:	Adjudicatário:		

Ref. ^a	Subempreitada	Subempreiteiro	N.º trab. na obra	Período de intervenção		Certificado de Classificação / Registo ⁽¹⁾					
				Início	Fim	EOP	IC C	Reg.	Cat.	Subc at.	Classe
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						
				____/____/____	____/____/____						

* Anexar cópia dos respectivos certificados / registos

Preparado por: _____	Verificado por: _____	Aprovado por: _____
----------------------	-----------------------	---------------------

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 66 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

5.1.CONDICIONALISMOS À SELEÇÃO DE SUBEMPREENHEIROS, TRABALHADORES INDEPENDENTES, FORNECEDORES DE MATERIAIS E EQUIPAMENTOS DE TRABALHO

5.1.1. CONDICIONANTES À SELEÇÃO DE SUBEMPREENHEIROS

Só após da entrega dos seguintes documentos, abaixo descritos, no Estaleiro, os subempREENHEIROS poderão iniciar a sua atividade em Obra.

- Alvará;
- Apólices de seguros de acidentes de trabalho relativos a todos os trabalhadores em obra e a trabalhadores independentes por si contratados, bem como os recibos correspondentes;
- Apólices de seguros de responsabilidade civil e respetivos recibos de liquidação de prémios;
- Ficha de distribuição do Equipamento de Proteção Individual (EPI);
- Comprovativos da existência de serviços de segurança e higiene organizados;
- Evidências da existência de técnicos de segurança ou, no caso de empresas que empreguem até trabalhadores, do trabalhador designado para o exercício desta função;
- Plano de Saúde dos seus trabalhadores e trabalhadores independentes por si contratados;
- Fichas de aptidão médica do seu pessoal;
- Documentação relativa aos equipamentos de trabalho;

No que diz respeito aos **trabalhadores e aos trabalhadores independentes** que por si sejam contratados e que trabalhem na obra durante um prazo superior a vinte e quatro horas, deve existir uma lista de pessoal afeto com a seguinte informação:

Identificação completa e a residência habitual;

- Identificação completa e a residência habitual;
- O número fiscal de contribuinte;
- O número de beneficiário da segurança social;
- A categoria profissional;
- As datas previsíveis de início e terminos dos trabalhos na obra.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 67 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

No caso de **trabalhadores estrangeiros** deverá igualmente ser entregues os seguintes documentos:

- a) Cópia do passaporte com visto de permanência atualizado, ou autorização de residência válida;
- b) Cópia do Contrato de Trabalho e comunicação de admissão de trabalhador estrangeiro (carimbo da A.C.T. - Autoridade para as condições do Trabalho).

A prestação dos serviços do subempreiteiro fica ainda condicionada ao cumprimento integral das prescrições de segurança as regulamentadas legalmente no artigo 22.º, do Decreto-Lei n.º 273/2003, de 29 de outubro.

Será arquivado em Estaleiro a documentação acima listada incluindo a documentação relativa aos seus trabalhadores.

5.1.2. CONDICIONANTES À SELEÇÃO DE TRABALHADORES INDEPENDENTES

No que diz respeito aos trabalhadores independentes, só podem iniciar a sua atividade em Obra após a entrega no Estaleiro da totalidade da documentação (em cópia) adiante listada, a saber:

- Declaração de habilitação da função a exercer;
- Seguro de acidentes de trabalho;
- Seguro de responsabilidade civil, se aplicável;
- Comprovativos de que a situação com a Segurança Social está regularizada;
- Registos de ações de formação / informação.

A prestação dos serviços do trabalhador independente fica ainda condicionada ao cumprimento integral das prescrições de segurança regulamentadas legalmente no artigo 23.º, do Decreto-Lei n.º 273/2003, de 29 de outubro.

Será arquivado em Estaleiro a documentação acima listada.

5.1.3. CONDICIONANTES À SELEÇÃO DE FORNECEDORES DE MATERIAIS

O acesso dos fornecedores de materiais ao estaleiro e seus subcontratados (transportadores) está condicionado à existência e apresentação dos documentos adiante listados, quando a sua permanência em obra se preveja ser superior a 24 horas:

- Seguro de acidentes de trabalho;

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 68 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Seguro de responsabilidade civil.

O acesso dos fornecedores de materiais e seus subcontratados fica ainda condicionada ao cumprimento integral das prescrições de segurança e das boas práticas ambientais que lhe são impostas pela legislação em vigor.

Será arquivado em Estaleiro a documentação acima listada.

5.1.4. CONDICIONANTES À SELEÇÃO DE EQUIPAMENTOS DE TRABALHO

Todo o equipamento de trabalho a utilizar em obra deverá possuir e ter disponível:

- Ficha de equipamento (com informações relativas à marca, modelo, n.º de série, matrícula, entre outros)
- Identificação da empresa a que pertencem;
- Manual de instruções em português;
- Relatório de verificação de acordo com o Decreto-lei n.º 50/2005, de 25 de fevereiro;
- Plano de manutenção;
- Registo de verificações/calibrações periódicas;
- Declaração de conformidade CE ou outra;
- Seguro de responsabilidade civil, quando aplicável.

Os manobreadores/condutores de equipamentos deverão possuir declaração de habilitação para a função e a respetiva ficha de aptidão clínica, que deverão estar disponíveis em estaleiro.

Os equipamentos de trabalho e respetiva documentação serão sujeitos a uma verificação antes da sua entrada em obra, de modo a certificar o seu bom estado de funcionamento e o cumprimento das prescrições de segurança e das boas práticas ambientais.

Sempre que um equipamento não tenha a revisão em dia, devem ser tomadas as medidas necessárias para evitar a utilização desse equipamento, através da sua imobilização, remoção do local de utilização, caso possível, ou através da colocação de uma fita delimitadora com a inscrição “Avariado”.

Será arquivado Registos de Controlo de Equipamentos, no anexo correspondente no Plano de Segurança e Saúde.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 69 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

6. DIRETRIZES DA ENTIDADE EXECUTANTE RELATIVAMENTE A SUBEMPREGADOS E TRABALHADORES INDEPENDENTES COM ATIVIDADE NO ESTALEIRO EM MATÉRIA DE PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS

As diretrizes aos subempregados e trabalhadores independentes em matéria de riscos profissionais e respectivas normas de segurança, serão fornecidas através da entrega do Manual de acolhimento, á chegada ao estaleiro quando a sua presença for superior a 24 horas.

Mensalmente será efetuado a atualização dos subempregados presentes em obra, para que este proceda a comunicação à Autoridade para as Condições de Trabalho, sendo posteriormente, afixada no estaleiro.

É divulgado a todos os subempregados e trabalhadores independentes o organograma funcional e responsabilidades, assim como o horário de trabalho, que se encontra afixado na vitrine.

É divulgado, ainda, o PSS para execução de obra.

Será fornecido, sobre forma de instrução, os conteúdos presentes no decreto-lei 273/2003 nos artigos 10º; 13º, 21º; 22º, 23º e 24º, através de seguinte tabela:

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 70 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Decreto-Lei 273/2003	Responsável pela implementação
Artigo 10º “A nomeação dos coordenadores de segurança em projeto e em obra não exonera o dono da obra, o autor do projeto, a entidade executante e o empregador das responsabilidades que a cada um deles cabe, nos termos da legislação aplicável em matéria de segurança e saúde no trabalho.”	Dono de Obra Entidade Executante
Artigo 13º “1 — A entidade executante só pode iniciar a implantação do estaleiro depois da aprovação pelo dono da obra do plano de segurança e saúde para a execução da obra. 2 — O dono da obra deve impedir que a entidade executante inicie a implantação do estaleiro sem estar aprovado o plano de segurança e saúde para a execução da obra.	Entidade Executante Dono de Obra
3 — A entidade executante deve assegurar que o plano de segurança e saúde e as suas alterações estejam acessíveis no estaleiro, aos subempreiteiros, aos trabalhadores independentes e aos representantes dos trabalhadores para a segurança, higiene e saúde que nele trabalhem. 4 — Os subempreiteiros e os trabalhadores independentes devem cumprir o plano de segurança e saúde para a execução da obra devendo esta obrigação ser mencionada nos contratos celebrados com a entidade executante ou o dono da obra. 5 — A Autoridade para as Condições de Trabalho (ACT) pode determinar à entidade executante a apresentação do plano de segurança e saúde para execução da obra.”	Entidade Executante Entidade Executante/ Subempreiteiros/ Trabalhadores Independentes Entidade Executante

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 71 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Artigo 21º “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. 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 respectivos que trabalhem no estaleiro e a trabalhadores independentes por si contratados, bem como os recibos correspondentes 3 — Os subempreiteiros devem comunicar o registo referido no número anterior, ou permitir o acesso ao mesmo por meio informático, à entidade executante.		Entidade Executante
		Entidade Executante
		Subempreiteiros/ Trabalhadores Independentes
		Entidade Executante/ Subempreiteiros/ Trabalhadores Independentes

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 72 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Artigo 22º “1 — Durante a execução da obra, os empregadores devem observar as respectivas obrigações gerais previstas no regime aplicável em matéria de segurança, higiene e saúde no trabalho e em especial: a) Comunicar, pela forma mais adequada, aos respectivos trabalhadores e aos trabalhadores independentes por si contratados o plano de segurança e saúde ou as fichas de procedimento de segurança, no que diz respeito aos trabalhos por si executados, e fazer cumprir as suas especificações; b) Manter o estaleiro em boa ordem e em estado de salubridade adequado; c) Garantir as condições de acesso, deslocação e circulação necessária à segurança em todos os postos de trabalho no estaleiro; d) Garantir a correcta movimentação dos materiais e utilização dos equipamentos de trabalho; e) Efectuar a manutenção e o controlo das instalações e dos equipamentos de trabalho antes da sua entrada em funcionamento e com intervalos regulares durante a laboração; f) Delimitar e organizar as zonas de armazenagem de materiais, em especial de substâncias, preparações e materiais perigosos; g) Recolher, em condições de segurança, os materiais perigosos utilizados; h) Armazenar, eliminar, reciclar ou evacuar resíduos e escombros; i) Determinar e adaptar, em função da evolução do estaleiro, o tempo efectivo a consagrar aos diferentes tipos de trabalho ou fases do trabalho; j) Cooperar na articulação dos trabalhos por si desenvolvidos com outras actividades desenvolvidas no local ou no meio envolvente; l) Cumprir as indicações do coordenador de segurança em obra e da entidade executante;	Entidade Executante/ Subempreiteiros
---	---

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 73 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

m) Adoptar as prescrições mínimas de segurança e saúde no trabalho revistas em regulamentação específica; n) Informar e consultar os trabalhadores e os seus representantes para a segurança, higiene e saúde no trabalho sobre a aplicação das disposições do presente diploma. 2 — Quando exercer actividade profissional por conta própria no estaleiro, o empregador deve cumprir as obrigações gerais dos trabalhadores previstas no regime aplicável em matéria de segurança, higiene e saúde no trabalho.”	
Artigo 23º “Os trabalhadores independentes são obrigados a respeitar os princípios que visam promover a segurança e a saúde, devendo, no exercício da sua actividade: a) Cumprir, na medida em que lhes sejam aplicáveis, as obrigações estabelecidas no artigo 22.o; b) Cooperar na aplicação das disposições específicas estabelecidas para o estaleiro, respeitando as indicações do coordenador de segurança em obra e da entidade executante.”	Trabalhadores Independentes

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 74 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Artigo 24º “1 — Sem prejuízo de outras notificações legalmente previstas, o acidente de trabalho de que resulte a morte ou lesão grave do trabalhador, ou que assuma particular gravidade na perspectiva da segurança no trabalho, deve ser comunicado pelo respectivo empregador à Autoridade para as Condições do Trabalho e ao coordenador de segurança em obra, no mais curto prazo possível, não podendo exceder vinte e quatro horas. 2 — A comunicação do acidente que envolva um trabalhador independente deve ser feita pela entidade que o tiver contratado. 3 — Se, na situação prevista em qualquer dos números anteriores, o acidente não for comunicado pela entidade referida, a entidade executante deve assegurar a comunicação dentro do mesmo prazo, findo o qual, não tendo havido comunicação, o dono da obra deve efectuar a comunicação nas vinte e quatro horas subsequentes. 4 — A entidade executante e todos os intervenientes no estaleiro devem suspender quaisquer trabalhos sob sua responsabilidade que sejam susceptíveis de destruir ou alterar os vestígios do acidente, sem prejuízo da assistência a prestar às vítimas. 5 — A entidade executante deve, 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 excepção dos meios de socorro e assistência às vítimas. 6 — A ACT pode determinar a suspensão imediata de quaisquer trabalhos em curso que sejam susceptíveis de destruir ou alterar os vestígios do acidente, sem prejuízo da assistência a prestar às vítimas.	Entidade Executante
7 — Compete à ACT, sem prejuízo da competência atribuída a outras entidades, a realização do inquérito sobre as causas do acidente de trabalho, procedendo com a maior brevidade à recolha dos elementos necessários para a realização do inquérito preliminar. 8 — Compete à ACT autorizar a continuação dos trabalhos com a maior brevidade, desde que a entidade executante comprove estarem reunidas as condições técnicas ou organizativas necessárias à prevenção dos riscos profissionais.”	Autoridade para as condições de trabalho

Anexos a este capítulo:

- Comunicação Prévia

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 75 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

7. MEIOS PARA ASSEGURAR A COOPERAÇÃO ENTRE OS VÁRIOS INTERVENIENTES NA OBRA

Pretende-se criar uma equipa de trabalhadores em obra, que será um instrumento, através das reuniões, para acompanhamento da implementação do PSS em obra.

Esta equipa terá como missão o desempenho das seguintes funções:

- Aferir o grau de implementação do PSS;
- Analisar o resultado das auditorias de segurança realizadas às obras;
- Incentivar e obter contributos em matéria de segurança por parte de todos os intervenientes em obra;
- Analisar e acordar estratégias de implementação do PSS;
- Incentivar a participação dos trabalhadores.

Esta equipa reunirá sob convocação do técnico de segurança da obra em matéria de segurança e de saúde, mensalmente, ou sempre que as circunstâncias o exijam.

Terão assento nesta comissão os seguintes intervenientes:

- Coordenador de Segurança e Saúde em Obra;
- Representante da fiscalização;
- Diretor técnico da empreitada;
- Técnico de Higiene e Segurança no Trabalho;
- Encarregado ou um representante dos trabalhadores em obra.

Todos os subempreiteiros e trabalhadores independentes serão alvo de uma ação de acolhimento, por parte do Técnico de Segurança, antes da sua entrada em obra. Nesta ação, será distribuído o PSS ao representante do subempreiteiro e trabalhador independente, assim como, indicando a todos que o PSS se encontra no contentor escritório e que pode ser consultado sempre que o desejarem.

Anexos ao capítulo 7:

- Atas das reuniões;
- Atas com a Coordenação de Segurança.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 76 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

8. SISTEMA DE GESTÃO DE INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO ENTRE TODOS OS INTERVENIENTES NO ESTALEIRO

O presente Plano de Segurança e Saúde contém a informação essencial em matéria de Segurança e Saúde relativa a esta empreitada que constitui o principal instrumento de prevenção dos riscos profissionais na execução da obra, pelo que o seu cumprimento, por parte de todos os intervenientes na obra, terá que ser assegurado.

Para tal, a Entidade Executante, após aprovação e validação do Plano de Segurança e Saúde, fará a sua distribuição a todos os intervenientes em obra, distribuição que será registada.

O plano será também divulgado aos subempreiteiros, nas partes aplicáveis, através de ações de formação.

O cumprimento deste plano implica a satisfação de um conjunto de procedimentos de segurança e de um sistema de responsabilização a todos os níveis, envolvendo todos os intervenientes em obra. Esta responsabilização assenta também no princípio que cada trabalhador é responsável pela sua segurança e saúde, bem como pela de outros trabalhadores e terceiros que possam ser afetados pelas suas ações.

Todos os documentos importantes, em matéria de higiene e segurança no trabalho, serão afixados no estaleiro na vitrine, tal como:

- Comunicação prévia;
- Horário de trabalho;
- Lista de telefones de emergência;
- Plano de formação;
- Quadro com registos de acidentes e índices de sinistralidade;
- Informações relativas às ações que ocorrerão no estaleiro sobre segurança e saúde;
- Organograma;

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 77 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Todos os documentos, relativos à higiene e segurança no trabalho, serão enviados para o Coordenador de Segurança com conhecimento ao Chefe da Fiscalização por email, ofícios, relatórios entre outros meios, assim como os documentos sobre higiene e segurança devem ser enviados por email, ofícios, relatórios ou por outros meios, para o Técnico de Segurança da Entidade Executante com o conhecimento do Diretor Técnico da Empreitada.

O Técnico de Segurança da Entidade Executante procede à incorporação dos documentos enviados e recebidos no PSS da obra.

Todos os documentos enviados à entidade executante pela Coordenação de Segurança que dizem respeito ao desenvolvimento prático do PSS e suas alterações, as mesmas serão distribuídas aos subempreiteiros e trabalhadores independentes, o qual deverá anular as versões obsoletas. Se não se justificar a distribuição integral do documento, procederá à distribuição das partes do mesmo, que assegurem o conhecimento das regras de gestão e atuação na área de higiene e segurança no trabalho ao subcontratado em causa.

Nos relatórios enviados pela coordenação de segurança serão distribuídos ao Técnico de Segurança e Diretor Técnico da empreitada que fará chegar a informação ao encarregado da obra e aos subempreiteiros e trabalhadores independentes presentes em obra.

O PSS da obra encontra-se no contentor, sempre atualizado, e pode ser consultado por qualquer trabalhador, subempreiteiro, fornecedor e por qualquer pessoa que pretenda conhecer os requisitos de segurança estabelecidos na obra.

Todas as alterações ao desenvolvimento prático do PSS, apresentadas pelos subempreiteiros ou trabalhadores independentes, serão registadas e analisadas.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 78 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

9. SISTEMA DE INFORMAÇÃO E DE FORMAÇÃO DE TODOS OS TRABALHADORES PRESENTES NO ESTALEIRO, EM MATÉRIA DE PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS

Prevê-se que ao longo da execução do projeto se venham a realizar periodicamente ações de formação, informação e sensibilização em matéria de segurança que abrangerá todas as categorias profissionais, com particular incidência aquelas que envolvam riscos elevados, ou para trabalhadores ou grupos de trabalhadores que executem tarefas com nível de risco acrescido. Nestas ações de formação específicas são fornecidos e explicados os procedimentos de trabalho que devem ser implementados.

Sempre que, no decurso da execução da obra, um novo trabalhador seja integrado no estaleiro será ministrada uma ação de sensibilização em que lhe são fornecidas informações gerais sobre segurança e saúde. Assim, nenhum trabalhador poderá iniciar a sua atividade no estaleiro sem que previamente tenha sido sujeito a uma ação de formação. Estas ações serão objeto de registo no mod.36/sg.0.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 79 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

9.1. PLANO DE FORMAÇÃO DE SEGURANÇA

Este plano de formação será afixado na vitrine de estaleiro, assim como as suas atualizações.

OBRA: _____

FORMADOR _____

DURAÇÃO _____

CONTEÚDO / REGRAS GERAIS

Comprometo-me:

- A usar capacete e botas de protecção permanentemente em toda a zona da obra e a usar as outras proteções individuais de acordo com os riscos identificados: Óculos – Projeção de partículas; Máscara – Poeiras; Auriculares – Ruído; Luvas Protecção Mecânica – Manuseamento de materiais cortantes e pontiagudo; Luvas de Protecção Química – Manuseamento de produtos químicos; Arnês de Segurança – Trabalhos em altura, entre outros que se apliquem;
- A respeitar e cumprir a sinalização de segurança existente em obra;
- A não remover as proteções coletivas, exceto quando estritamente necessário, devendo nesses casos comunicar aos responsáveis da obra e tomar todas as medidas necessárias para prevenir o risco existente;
- A repor todas as proteções coletivas que se encontrem removidas;
- A manter a obra e as instalações sociais limpas e arrumadas (Ex: Local de trabalho, vestiários, sanitários e refeitórios);
- A não utilizar equipamentos ou máquinas para as quais não tenho habilitações nem competência, e a mantê-las desligadas sempre que não forem necessárias;
- A manter-me afastado do raio de ação de máquinas em funcionamento, situando-me sempre em local visível pelo manobrador;
- A verificar todos os equipamentos, máquinas e produtos químicos antes do início dos trabalhos de modo a garantir que se encontram em boas condições e que os mesmos são seguros e adequados ao trabalho;
- A não colocar em risco os outros trabalhadores;
- A utilizar a eletricidade e instalações elétricas de forma adequada e segura;

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 80 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- A não consumir bebidas alcoólicas nos períodos de trabalho, nem a permanecer na obra sob o efeito do álcool;
- A comunicar aos responsáveis da obra todas as situações de risco que detetar;
- A separar os diversos tipos de resíduos que produz, respeitando a identificação do Ecoponto de obra;
- A não descarregar substâncias perigosas no solo ou na rede de drenagem (Ex: Tintas, óleos, etc);
- A solicitar aos responsáveis da obra as Fichas de Dados de Segurança, para manusear corretamente os diversos produtos / materiais;
- A não queimar resíduos ou foguear.

Em caso de Acidente / Emergência, devo:

- Afastar os curiosos do local da ocorrência e impedir que a vítima seja movimentada, salvo quando houver extensão dos riscos para a vítima;
- Comunicar a ocorrência imediatamente aos responsáveis da obra;
- Impedir que seja dado de beber ou comer à vítima e protegê-la do frio ou calor;
- Em caso de eletrocussão: Não tocar na vítima e cortar de imediato a corrente elétrica;
- Cumprir as ordens dos responsáveis da obra para evacuar ordeiramente para o ponto de encontro;
- Em caso de derrame: Recolher o produto derramado e colocá-lo num recipiente fechado e identificado.

Informação:

- Todos os trabalhadores estão sujeitos ao teste de controlo de alcoolemia;
- Durante a formação será apresentado na “Planta de Emergência” a localização dos meios de combate à emergência, os caminhos de circulação / evacuação, a localização dos telefones de emergência, a caixa de primeiros socorros e o ponto de encontro.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 81 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

DECLARAÇÃO

Eu, abaixo assinado, declaro que recebi a Formação / Informação referida no “Conteúdo / Regras Gerais”, comprometendo-me a cumprir as respetivas instruções.

FORMANDOS		
NOME DO FORMANDO	DATA	ASSINATURA

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 82 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

10. PROCEDIMENTO DE EMERGÊNCIA, INCLUINDO MEDIDAS DE EVACUAÇÃO E SOCORRO

Neste capítulo encontra-se o plano de emergência definido para a obra. No mesmo são identificadas as potenciais situações de emergência, meios disponíveis em obra (humanos e materiais). Encontra-se ainda definido o modo de divulgação do mesmo (formação e informação), plano e evacuação, modos de atuação, equipa de resposta à emergência (ERE) e a listagem dos números de telefones de emergência da zona envolvente à obra.

Toda a documentação encontra-se afixada em local visível.

10.1. PROCEDIMENTOS DE EMERGÊNCIA

Nos termos da legislação em vigor, constitui obrigação da Entidade Executante estabelecer as medidas adequadas a adotar em caso de acidente ou de emergência (ex. incêndios, explosões, sismos, inundações), face às características do estaleiro montado e do local no qual está inserido.

Em relação ao Plano de Emergência, o objetivo é a preparação dos meios humanos e materiais disponíveis, a fim de garantir a salvaguarda dos intervenientes na obra, bem como uma rápida e eficiente intervenção em caso de incêndio ou sinistro grave.

Assim, deve ser implementado um serviço de primeiros socorros, promovendo as seguintes ações:

- Afixação no estaleiro em local bem visível da listagem de telefones de socorro e emergência das principais entidades de intervenção nas diversas áreas da obra;
- Listagem de telefones de emergência em todas as viaturas nas diversas frentes de obra;
- Caixas de primeiros socorros;
- Socorristas nomeados para a obra;
- Manutenção das vias de circulação desimpedidas para evacuação de feridos.

Elaborado	Verificado:	Aprovado:
-----------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 83 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Na tabela seguinte são apresentados os vários tipos de emergência e as possíveis situações decorrentes:

Tipos de Emergência	Situações de Emergência
Acidentes	Quedas em altura Soterramentos Atropelamentos Eletrocussão Lesões corporais (fraturas, golpes profundos, queimaduras, lesões oculares)
Incidentes	Incêndios Inundações Derrube / queda de elementos existentes Queda de materiais e/ou equipamentos Queda de equipamentos pesados (gruas-torre) Incidentes rodoviários (capotamentos, despistes, colisões com máquinas, etc...) Corte de infraestruturas enterradas (condutas de água, esgotos, gás, redes elétricas)

Em anexo a este item apresentam-se os procedimentos de emergência relativos às situações de emergência acima listadas.

Os procedimentos de emergência, são parte integrante do Plano de Emergência da obra e serão distribuídos aos Encarregados, subempreiteiros e trabalhadores independentes, sendo estes últimos quando a sua permanência em obra for superior a 24 horas.

Elaborado	Verificado:	Aprovado:
-----------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE	Página 84 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA	Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

ANEXO 1- CONTATOS DE EMERGÊNCIA

ENTIDADE	TELEFONE
SOS	112
Bombeiros de Voluntários	241 360 670
Intoxicações (Centro de informações antiveneno)	800 250 250
Cruz Vermelha Portuguesa	241 372 910
Polícia de Segurança Pública (PSP)	241 360 970
GNR Tramagal	241 899 010
Centro de Saúde	241 361 557
Hospital de Abrantes	241 360 700
ACT	249 310 380
Diretor de Obra	
Encarregado Geral	
Encarregado Obra	

Elaborado	Verificado:	Aprovado:
-----------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 85 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

ANEXO 2- INSTRUÇÕES EM CASO DE ACIDENTE

- 1) Dependendo de quem deteta a emergência, o alerta deverá ser dado, de acordo com a seguinte sequência: O Trabalhador avisa o Encarregado ou Responsável Frente de Obra, que, por sua vez, avisa o Técnico de Segurança e o Diretor de Obra.
- 2) Quando qualquer trabalhador detetar uma situação potencialmente perigosa para as pessoas, equipamentos ou ambiente, deverá contactar imediatamente o Responsável de Obra.
- 3) No caso de ser indicada necessidade de evacuação, todos se devem dirigir para o Ponto de Encontro.
- 4) O Responsável pela Frente de Obra ao receber o alerta de uma situação potencialmente perigosa deverá imediatamente comunicar ao Encarregado.
- 5) Após a receção de um alerta, o Encarregado deverá seguir as seguintes instruções:
 - Deslocar-se ao local do sinistro;
 - Recolher e registar os elementos relativos à situação (trabalhadores feridos, tipo de ferimentos, causas do acidente).
 - Consultar o Diretor de Obra, e por indicação deste providenciar a presença de apoios externos, tais como Bombeiros, Guarda Nacional Republicana ou Proteção Civil.
 - Providenciar a evacuação da zona afetada pelo sinistro.
 - Providenciar a prestação de primeiros socorros, até à chegada da (s) ambulância(s).
 - Facilitar o acesso dos Bombeiros e ou ambulâncias até ao local do sinistro.

Elaborado	Verificado:	Aprovado:
-----------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 86 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- 6) Não devem ser considerados os pedidos de informação procedentes do exterior que não digam respeito à Segurança da Obra.
- 7) A assistência dos acidentados poderá ser garantida de 2 formas, considerando o tipo de acidente e a sua gravidade:
- Pequenos ferimentos – Prestação dos 1.ºs socorros;
 - Acidentes de maior gravidade – Solicitação de assistência a serviços externos à obra.
- 8) Devem ser informados:
- Diretor da Obra;
 - Responsável pela Segurança.
 - Coordenação de Segurança em obra;
 - Dono de Obra ou o seu representante (em caso de acidente muito grave ou morte);
- 9) Sempre que ocorram acidentes de que resultem a morte ou lesão grave de trabalhadores:
- Serão suspensos todos os trabalhos e vedada a zona do acidente;
 - Só é permitido o acesso à zona acidentada:
 - a trabalhadores com aptidão e formação adequada;
 - a meios de socorro e autoridades competentes;
 - Adotar as medidas que permitam aos trabalhadores, em caso de perigo grave e iminente, cessar a sua atividade e afastarem-se de imediato;
 - Os trabalhos só podem recomeçar, depois de levantada a suspensão, por parte das entidades competentes a Autoridade para as Condições de Trabalho (ACT).

A entidade patronal do acidentado, deve comunicar o sucedido, ao ACT, por fax, no mais curto prazo possível, não podendo exceder 24 horas.

Elaborado	Verificado:	Aprovado:
-----------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 87 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

11.SISTEMA DE COMUNICAÇÃO DE OCORRÊNCIA DE ACIDENTES E INCIDENTES NO ESTALEIRO

De acordo com o decreto-lei 273/2003 de 29 de Outubro artigo 24º, considera-se acidente grave “sem prejuízo de outras notificações legalmente previstas, o acidente de trabalho de que resulte a morte ou lesão grave do trabalhador, ou que assuma particular gravidade na perspetiva da segurança no trabalho”.

Sempre que ocorrer um acidente grave ou mortal este será comunicado de imediato pelo respetivo empregador ao Coordenador de Segurança em obra, Fiscalização/ Dono de Obra e à Autoridade para as Condições de Trabalho no mais curto prazo possível, não podendo exceder vinte e quatro horas.

A comunicação do acidente que envolva um trabalhador independente deve ser feita pela entidade que o tiver contratado.

Se, em qualquer das situações referidas anteriormente, não for comunicada pela entidade empregadora ou pela entidade que o tiver contratado, a entidade executante deve assegurar a comunicação dentro do mesmo prazo, findo o qual, não tendo havido comunicação, o dono da obra deve efetuar a comunicação nas vinte e quatro horas subsequentes.

Quando ocorrer um acidente (que não seja considerado grave ou mortal) ou um incidente, este será comunicado de imediato ao Coordenador de Segurança em obra, Fiscalização e Dono de Obra.

A entidade executante e todos os intervenientes no estaleiro devem suspender quaisquer trabalhos sob a sua responsabilidade que seja suscetível de destruir ou alterar os vestígios do acidente, sem prejuízo da assistência a prestar às vítimas.

Elaborado	Verificado:	Aprovado:
-----------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 88 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

A entidade executante deve, 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.

Compete à Autoridade para as Condições do Trabalho a realização do inquérito sobre as causas do acidente de trabalho e autorizar a continuação dos trabalhos desde que a entidade executante comprove estarem reunidas as condições técnicas ou organizativas necessárias à prevenção dos riscos profissionais.

Para qualquer acidente (leve, grave ou mortal) ou incidente, será efetuado o registo por parte do Diretor de obra. Posteriormente o Técnico de Segurança fará um inquérito, registando-se todas as informações relevantes que permitam uma análise detalhada desse acidente, apurando as causas e as medidas possíveis a implementar.

Os registos serão arquivados neste capítulo e enviados ao Coordenador de Segurança.

Para avaliar o desempenho do empreendimento em termos de segurança e saúde durante a sua fase de realização, registar-se-ão também todos os dados necessários para determinar os principais Índices de Sinistralidade, nomeadamente, Índice de Incidência, Índice de Frequência, Índice de Gravidade, Índice de Duração

Os resultados obtidos serão analisados em reuniões mensais, procurando-se determinar as causas dos acidentes ocorridos e, sempre que a situação recomende, melhorar as técnicas de segurança e saúde a aplicar visando evitar ou eliminar potenciais riscos. Nestas reuniões estarão presentes: o Diretor de Obra; o Encarregado e o Técnico de Segurança. Destas reuniões será sempre elaborada uma ata.

Anexos ao capítulo 11:

- Registo de Acidentes
- Registo de Incidentes
- Relatório de Investigação de Acidente

Elaborado	Verificado:	Aprovado:
-----------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 89 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

- Índices de Sinistralidade

12.SISTEMA DE TRANSMISSÃO DE INFORMAÇÃO AO COORDENADOR DE SEGURANÇA EM OBRA PARA A ELABORAÇÃO DA COMPILAÇÃO TÉCNICA DA OBRA

A Entidade Executante, faculta todos os elementos necessários à elaboração da Compilação Técnica da obra, de forma a dar cumprimento ao n.º 2 do artigo 16º do decreto-lei n.º 273/2003.

Mensalmente o Técnico de Segurança elabora um relatório mensal da empreitada que será enviado à Coordenação de Segurança, em que já se encontra incluída a atualização de subempreiteiros. Estes relatórios ficam arquivados neste capítulo.

No final da empreitada serão fornecidas as telas finais, e todos os elementos necessários, em reunião com a Coordenação de Segurança.

Elaborado	Verificado:	Aprovado:
-----------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 90 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

13. INSTALAÇÕES SOCIAIS PARA O PESSOAL EMPREGADO NA OBRA

13.1 VESTIÁRIOS

Não aplicável porque os trabalhadores são todos residente no concelho ou em concelhos limítrofes

13.2 DORMITÓRIOS

Uma vez que os trabalhadores e subempreiteiros não se encontram deslocados, não está previsto o alojamento de trabalhadores dentro do estaleiro.

13.3 REFEITÓRIO

Não existirá refeitório.

13.4. INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

Para utilizações dos trabalhadores será colocado nesta área um WC com ligação ao esgoto. Sempre que o número de trabalhadores justifique serão colocadas mais casas de banho químicas.

As casas de banho serão sujeitas a limpeza semanal.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 91 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

14. PEÇAS DO PROJETO COM RELEVÂNCIA PARA A PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAS

Serão colocadas neste capítulo todas as peças de projeto que possam ter relevância para a prevenção de riscos. Desta forma pretende-se esclarecer, e tornar mais claros os riscos que envolvem certas atividades.

Uma vez que estes documentos são volumosos, será apresentado em CD.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 92 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

15. PORMENOR E ESPECIFICAÇÃO RELATIVOS A TRABALHOS QUE APRESENTEM RISCOS ESPECIAIS

Para todas as atividades que se desenrolam na obra serão efetuadas (de acordo com o descrito no capítulo 1 – metodologia de avaliação de riscos) as avaliações de riscos.

Deste modo permite-nos quantificar a magnitude dos riscos existentes e, como consequência, hierarquizar racionalmente a sua prioridade de correção.

De acordo com a metodologia, todas as atividades cuja avaliação origine o nível de risco I e II são considerados não toleráveis. Para os riscos não toleráveis serão criados procedimentos de trabalho, onde são estabelecidas as medidas de segurança adotar.

Estes procedimentos, após validação pelo Coordenador de Segurança e aprovação pelo Dono de Obra, serão entregues aos trabalhadores que irão executar as tarefas, numa ação de formação promovida pelo Técnico de Segurança.

Acompanhado pelo procedimento de trabalho existe um plano de monitorização, onde será verificado o cumprimento das regras estabelecidas.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 93 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

16. ORGANOGRAMA E RESPONSABILIDADES

No âmbito da segurança e saúde no trabalho da empreitada, os intervenientes na obra têm as seguintes responsabilidades:

Diretor Obra

1. Assegurar que a obra é realizada de forma segura de acordo com o Planeamento de Prevenção e Segurança baseado no Programa de Trabalhos
2. Comunicar ao Diretor Técnico da Empreitada todos os acidentes e incidentes
3. Elaboração dos documentos do SGS da sua responsabilidade
4. Dar Ordem de Paragem de Trabalhos face a situações onde haja risco iminente
5. Desencadear ações no sentido de prevenir a ocorrência de anomalias ou não-conformidades e assegurar o seguimento da situação não conforme até ter sido corrigida a deficiência
6. Definir e implementar ações para resolução das deficiências detetadas no decurso dos trabalhos e em auditorias

Encarregado

1. Implementar as medidas de segurança necessárias à execução dos trabalhos, minimizando sempre os riscos
2. Implementação do PSS em obra
3. Corrigir não-conformidades detetadas conforme as propostas de ações corretivas/preventivas
4. Comunicar a ocorrência de acidentes ao Coordenador de Emergência.
5. Dirigir-se, em caso de acidente, ao Ponto de Encontro e encaminhar os meios de socorro ao local de sinistro
6. Combater o Fogo em caso de incêndio com os meios de 1ª intervenção
7. Dar Ordem de Paragem de Trabalhos face a situações onde haja risco iminente.
8. Elaborar os registos de inspeção de segurança (PRIP) da sua responsabilidade.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 94 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Técnico de Segurança e Higiene

1. Alteração e adequação do processo documental necessário para o sistema de segurança.
2. Acompanhamento das atividades do estaleiro
3. Efetuar ações de acolhimento, formação e informação
4. Participação na Comissão de Segurança (se houver)
5. Analisar o Programa de Trabalhos e assegurar a programação da implementação das atividades de segurança de acordo com as atividades de construção
6. Verificar o nível de implementação das medidas de Segurança em obra de acordo com o PSS
7. Definir os materiais e equipamentos de Segurança a utilizar na obra
8. Realizar visitas diárias de Segurança à obra e elaborar os respetivos relatórios de registo de anomalia/não-conformidades, propondo ações corretivas e implementando ações de sensibilização
9. Efetuar o controlo dos Subempreiteiros, Trabalhadores e Máquinas
10. Manter atualizados os Registos das Apólices de Seguro de todos os subempreiteiros existentes em obra
11. Organizar a documentação produzida de acordo com os planos e registos de monitorização e prevenção (PRIP) e verificar a sua correta implementação.
12. Proceder à Credenciação dos Trabalhadores
13. Verificar, registar e propor medidas corretivas, relativamente às condições de trabalho
14. Verificar as condições do estado de conservação dos equipamentos de combate a incêndios, EPC's, EPI's, Sinalização e outros
15. Verificar as condições de salubridade das instalações sociais
16. Verificar o nível de implementação das medidas de Protecção Coletiva e Individual de acordo com o Programa de Trabalhos da obra 18. Elaborar relatórios da função segurança com a periodicidade mensal

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 95 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

17. Recolher os dados em caso de acidente para investigação e análise dos acidentes ocorridos e reportá-los ao superior hierárquico.
18. Comunicar a ocorrência do acidente ao Gestor do SGSST da frente de obra o mais rápido possível.
19. Registo de acidentes e incidentes
20. Gerir as existências de EPC' s, EPI' s e outros
21. Elaborar os registos de inspeção de segurança (PRIP) da sua responsabilidade.

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 96 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

17. REGISTO DAS ATIVIDADES INERENTES A PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS

O Técnico de Segurança sempre que se dirigir à obra, após efetua a inspeção elabora um relatório de visita, onde regista todas as anomalias e ações a implementar em obra.

Este relatório fica na posse do Diretor de Obra e do Encarregado para que sejam tomadas as medidas corretivas.

Após a correção de todas as anomalias será arquivado neste capítulo do plano de Segurança e Saúde.

Se as constatações verificadas, de acordo com as normas definidas pela empresa, sejam consideradas graves o Técnico de Segurança abre uma não conformidade.

Anexos ao capítulo 17:

- Relatório de Visita

18. REGISTO DAS ATIVIDADES DE COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA

Neste capítulo será anexado todos os registos do Coordenador de Segurança em obra, no que respeita a promover e verificar o cumprimento do PSS por parte dos intervenientes em obra; coordenar as atividades tendo em vista a prevenção dos riscos profissionais; promover a divulgação recíproca entre todos os intervenientes.

Serão anexadas, também, todos os registos das atividades da Entidade Executante no que respeita a promover e verificar o cumprimento do PSS por parte de todos; assegurar que os subempreiteiros e trabalhadores independentes cumpram as suas obrigações (art.º 22º e 23º do D.L. 273/20

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------

	PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE		Página 97 de 97		
	REQUALIFICAÇÃO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA OCTÁVIO DUARTE FERREIRA		Edição 00	Revisão 00	Data Abril 2021

Elaborado:	Verificado:	Aprovado:
------------	-------------	-----------