

# PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

Ficha de identificação e medidas de prevenção de riscos

## ATIVIDADES

### Movimentação Manual de Cargas

As prescrições mínimas de segurança e de saúde respeitantes à movimentação manual de cargas encontram-se estabelecidas a nível comunitário. A Diretiva 90/269/CEE (quarta diretiva especial na aceção do nº 1 do artigo 16º da Diretiva 89/391/CEE veio estabelecer as prescrições mínimas de segurança e de saúde respeitantes à movimentação manual de cargas que comportem riscos, nomeadamente dorso-lombares, para os trabalhadores. Nesta Diretiva é definido como "movimentação manual de cargas":

Qualquer operação de transporte ou sustentação de uma carga que, devido às suas características ou a condições ergonómicas desfavoráveis, comporte riscos para os trabalhadores.

Esta diretiva foi transcrita para o direito português, através do DL 330/93 de 25 de Setembro.

A movimentação manual de cargas está intrinsecamente associada a todos os sectores de atividade assumindo um papel de destaque na construção civil. Trata-se de uma atividade suscetível de envolver vários riscos não só adjacentes ao trabalho físico desenvolvido pelo trabalhador para movimentar as cargas, mas também relacionados com a própria composição dessas mesmas cargas – muitas vezes constituídas por diversificados materiais, nem sempre completamente inócuos.

### RISCOS

- Queda de altura;
- Choque com objetos na subida/descida;
- Queda de objetos;
- Colapso do andaime;
- Esmagamento.

### MEDIDAS DE PROTEÇÃO / PREVENÇÃO

- Garantir planeamento adequado dos trabalhos, de forma a minimizar os riscos.
- A equipa encarregada dos trabalhos deverá estar bem familiarizada com o sistema a utilizar e deverá ser organizada de modo a que se consiga um trabalho de conjunto.
- Providenciar equipa de montagem conhecedora e enquadrada por chefia capaz.
- Colocar apoios estáveis e sólidos nas bases dos prumos e de acordo com os requisitos da estrutura a montar; Nunca apoiar junto à crista / borda de taludes.
- Avaliar "in loco" a capacidade resistente do terreno tendo em conta, nomeadamente, infra estruturas enterradas não referenciadas que, pela sua natureza, possam provocar afundamentos e garantir a sua adequada compactação e tendo também em conta a a resistência dos apoios da base envolvente, natureza do trabalho e tipo de equipamento.
- Delimitar e condicionar o local de montagem/desmontagem do andaime e sinalizar com aviso de queda de materiais.
- Criar procedimentos de receção de materiais no sentido de verificar o seu estado de conservação e proceder à rejeição de todos os elementos que não possuam as características de solidez exigidas.
- Rejeitar as peças de madeira / pranchas, que possuam nós soltos ou agrupados, assim como as que apresentem pinturas ou qualquer outro tipo de recobrimento que interfira com a inspeção visual daqueles elementos. Proceder de modo equivalente no caso de pranchas metálicas.
- Rejeitar os tubos metálicos que apresentem diminuição significativa da espessura das paredes e ainda os que apresentem deformações permanentes.
- Utilizar meios mecânicos (gruas e aparelhos de guindar) para elevação de peças constituintes do andaime.

# PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

Ficha de identificação e medidas de prevenção de riscos

## ATIVIDADES

### Movimentação Manual de Cargas

- Não iniciar a montagem de tramos superiores sem estarem terminados os níveis inferiores com todos os elementos de estabilidade e de proteção.
- Fixar os andaimes a edificações ou a estruturas existentes estáveis e sólidas.
- Iniciar colocação de ancoragens logo que a altura da estrutura ultrapasse 6 vezes a aresta menor da base. Dispensa-se esta tarefa quando a geometria do andaime “abraça” a estrutura resistente que lhe garanta estabilidade suficiente.
- Utilizar meios de proteção contra queda em altura sempre que exista o perigo de queda.
- O aporte de corrente elétrica à zona de montagem deverá ser efetuada através de cabo flexível amarrado a espaços regulares á estrutura do andaime já montado.
- Imediatamente a montante do cabo elétrico existirá, intercalado no circuito, um disjuntor diferencial com sensibilidade de 30mA.
- Ligar a estrutura metálica do andaime “à terra” através de um condutor independente.
- O programa de montagens contemplará escadas, de tal modo que a cada nível acabado corresponda um acesso definitivo.
- Cada nível de trabalho possuirá plataforma com pelo menos 60cm de altura.
- Toda a base da plataforma será preenchida com tábuas de pé / pranchas.
- Os lados livres da plataforma serão bordejados por rodapé com 15cm de altura.
- A 90cm de altura a contar da base da plataforma serão colocados guarda corpos a proteger todos os vãos livres.
- Se resultar um afastamento livre superior a 30cm entre plataforma e zona de trabalho, dever-se-á proteger esse lado também com guarda corpos.
- Se for previsível outra postura que não a ereta na plataforma de trabalho, colocar também guarda corpos intermédios a 45cm.
- Antes de ser dado como bom para utilização, o andaime deve ser vistoriado por pessoa responsável.
- Deverá ser aplicada sinalização que indique “Andaime em montagem – Não utilizar” ou “Apto para utilização”, conforme as situações.
- Não é permitido acumular cargas importantes a “meio vão”.
- Nas operações de soldadura a electro arco é proibido utilizar a estrutura do andaime como “massa”.
- Qualquer modificação estrutural do andaime obriga a nova vistoria.
- Se for necessário instalar linha de vida ela deve ser feita antes ou durante a subida da estrutura do andaime.
- Os trabalhadores encarregados da montagem utilizarão capacete de proteção e botas de segurança com biqueira de aço.