



## ANEXO IV-A DO CADERNO DE ENCARGOS

### FICHAS DE SEGURANÇA

#### Maciços antivibratórios

#### ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO .....	2
2. IDENTIFICAÇÃO DA OBRA.....	2
3. DESCRIÇÃO DA OBRA .....	3
4. ESTRUTURA DE SEGURANÇA NA OBRA .....	3
5. RISCOS E MEDIDAS DE PREVENÇÃO .....	4
6. REDES TÉCNICAS PROVISÓRIAS.....	4
7. SERVIÇOS AFECTADOS .....	4
8. VEDAÇÃO, ACESSO E CONTROLO DE ENTRADAS.....	4
9. PLANO DE CIRCULAÇÃO E ESTALEIRO .....	5
10. MOVIMENTAÇÃO MECÂNICA E MANUAL DE CARGAS .....	5
11. INSTALAÇÕES E EQUIPAMENTOS DE APOIO À PRODUÇÃO .....	6
12. PLANIFICAÇÃO DOS TRABALHOS .....	7
13. CRONOGRAMA DOS TRABALHOS .....	7
14. ACIDENTE, SOCORRO, EMERGÊNCIA E EVACUAÇÃO .....	7
15. ARRUMAÇÃO E LIMPEZA DO ESTALEIRO .....	11
16. ORGANIZAÇÃO DO ESTALEIRO .....	12
17. DOCUMENTAÇÃO .....	14
18. INFORMAÇÃO .....	15
19. LISTA DE DOCUMENTOS NECESSÁRIOS NA ENTRADA EM OBRA.....	15
20. FICHAS DE PREVENÇÃO NOS PROCESSOS CONSTRUTIVOS E DE PREVENÇÃO DE RISCOS DE EQUIPAMENTOS .....	16

## 1. INTRODUÇÃO

É objetivo principal das Fichas de Segurança é identificar procedimentos de segurança na execução dos trabalhos e manuseamento de equipamentos e prevenção dos riscos associados, que permitam a execução dos trabalhos sem a ocorrência de acidentes.

As regras e conceitos vertidos nas Fichas de Segurança devem ser sempre consideradas como os requisitos mínimos exigidos em questões de Segurança tendo em conta a legislação em vigor, nunca deverão substituir regras e conceitos mais rigorosos.

A Entidade Executante deve tomar conhecimento das Fichas de Segurança.

Se no decurso da execução da obra, se apurar que as especificações das Fichas de Segurança são insuficientes, deverá a Entidade Executante fazer chegar ao Dono de Obra, as fichas atualizadas, que depois de analisadas e aprovadas, passará a fazer parte integrante das Fichas de Segurança.

Estas Fichas de Segurança foram elaboradas com base nos dados disponíveis à data da sua realização. Cabe à Entidade Executante, por forma a adequar as Fichas de Segurança, nomeadamente avaliar o desenvolvimento da Obra, e realizar antes da consignação da obra as alterações e aditamentos que julgue necessário para a melhoria das condições de segurança e saúde na obra.

## 2. IDENTIFICAÇÃO DA OBRA

**Dono da Obra:**

LNEC

**Tipo de Obra:**

Maçãos antivibratórios

**Local da obra:**

Campus do LNEC, sito na Av. do Brasil 101, 1700-066 Lisboa.

**Data de início dos trabalhos:**

*A indicar*

**Data prevista para a conclusão dos trabalhos:**

*A indicar*

**Responsável pela Direção Técnica da Obra:**

*A indicar*

**Identificação da Entidade Executante:**

*A indicar*



### 3. DESCRIÇÃO DA OBRA

A obra consiste na execução de dois maciços antivibratórios em betão armado, estruturalmente independentes do pavimento existente, destinados à instalação de equipamentos geradores de vibrações.

As principais atividades a desenvolver incluem os trabalhos preparatórios e de implantação, a demolição localizada do pavimento existente, a escavação e execução das fundações, a aplicação de sistemas de isolamento antivibratório, a betonagem faseada dos maciços, a execução de juntas e acabamentos, bem como a instalação das infraestruturas técnicas associadas, nomeadamente rede de ar comprimido e adaptações na rede elétrica.

A intervenção será executada de forma faseada, respeitando os tempos mínimos de cura do betão e assegurando a minimização de impactos nos espaços laboratoriais envolventes.

O adjudicatário deverá inteirar-se plenamente das condições de execução dos trabalhos, transporte e fornecimento de materiais de modo a escolher os meios mais adequados e planear a obra de forma a causar o menor transtorno aos utentes do edifício.

### 4. ESTRUTURA DE SEGURANÇA NA OBRA

Técnico de segurança da Entidade Executante em obra (a indicar aquando da nomeação do Responsável pelos trabalhos), caso não seja nomeado considera-se responsável para o efeito o Diretor de Obra da Entidade Executante. São competências:

#### 4.1 Ao técnico/responsável de segurança da Entidade Executante competirá:

- Fazer cumprir as recomendações e diretivas elaboradas;
- Promover a sensibilização dos trabalhadores para os problemas de Higiene e Segurança, de modo a fomentar o espírito de prevenção;
- Estar presente nas reuniões, colaborando na procura das melhores soluções para a realização do trabalho nas melhores condições de segurança.
- Entregar nas reuniões, a planificação dos trabalhos referente ao período até à reunião seguinte, com a respetiva análise de riscos, caso seja necessário.
- Entregar semanalmente os dados relativos à carga horária e de trabalhadores da semana anterior.

#### 4.2 Do Técnico/Responsável de Segurança da Entidade Executante, dependerá ainda a organização do trabalho, nomeadamente:

- Limitação, organização e melhoramento da circulação das pessoas e dos equipamentos;
- Limitação das atividades perigosas através da sua análise e integração, nomeadamente através do preenchimento da análise de riscos.
- Adoção das medidas necessárias de proteção individual e coletiva, visando a redução e eliminação dos riscos profissionais, segundo a Lei-Quadro sobre Segurança e Saúde:



- Conhecimento dos meios de proteção coletiva colocados à disposição da empresa;
- Previsão da organização sequencial dos trabalhos a fim de se poderem prevenir os riscos;
- Instalação das proteções coletivas antes do início dos correspondentes trabalhos;
- Estudo da segurança nos postos de trabalho;
- Avaliação dos riscos de interferência do raio de ação de máquinas/equipamentos;
- Organização e repartição das tarefas pelas diferentes empresas, considerando as diversas zonas de intervenção.

## 5. RISCOS E MEDIDAS DE PREVENÇÃO

Tendo em conta a obra e memória descritiva, são incluídas as fichas de prevenção no processo construtivo e as fichas de equipamentos para as atividades previstas.

Cabe à Entidade Executante complementar as fichas de riscos associadas aos trabalhos não previstos.

## 6. REDES TÉCNICAS PROVISÓRIAS

A Entidade Executante tem de garantir que:

- a rede de iluminação e a rede elétrica geral são independentes;
- a verificação periódica da rede elétrica por parte de um técnico credenciado e a emissão de uma declaração de conformidade da mesma com as normas regulamentares em vigor;
- a ligação à terra dos contentores e geradores;
- todos os pimenteiros (quadros volantes) em obra possuem disjuntores com a sensibilidade adequada (30 mA).

## 7. SERVIÇOS AFECTADOS

Cabe à entidade executante a identificação destes serviços afetados na obra e a respetiva implementação das medidas preventivas necessárias para a execução dos trabalhos.

A intervenção nas redes de serviços afetados tem de ser devidamente programada pela Entidade Executante, que contactará as entidades competentes para se efetuarem cortes nas redes, necessários à execução dos trabalhos, sempre que necessário.

Previamente à intervenção nas redes existentes, deverão ser verificados o corte das mesmas, por técnicos habilitados.

## 8. VEDAÇÃO, ACESSO E CONTROLO DE ENTRADAS

O estaleiro e obra estarão devidamente vedados em todo o seu perímetro, de maneira a impedir a entrada a qualquer pessoa sem autorização prévia. A vedação será realizada em material previamente acordado com a Fiscalização/Coordenação da Obra. A entrada no Estaleiro de Obra será vedada a pessoas não autorizadas.

A Entidade Executante deve tomar as medidas necessárias para que o acesso ao estaleiro seja reservado a pessoas autorizadas.

A Entidade Executante tem de garantir que todos os acessos à obra e zonas de circulação de veículos são mantidos limpos.

#### **Identificação dos trabalhadores no estaleiro/obra:**

A fim de se facilitar a identificação de pessoas no estaleiro da obra fixam-se as seguintes regras para o uso do capacete de segurança:

##### **Visitas:**

Capacete branco

##### **Diretor de Estaleiro, Quadros superiores e Encarregados:**

Capacete branco, com autocolante da empresa.

##### **Demais Trabalhadores:**

Capacete com autocolante da empresa.

## **9. PLANO DE CIRCULAÇÃO E ESTALEIRO**

A Entidade Executante deverá complementar as Fichas de Segurança com um Plano de Circulação e Estaleiro da Obra com os acessos.

## **10. MOVIMENTAÇÃO MECÂNICA E MANUAL DE CARGAS**

### **10.1 Movimentação Mecânica:**

Em cada aparelho de elevação de carga estará escrito de forma bem visível a carga máxima admissível, conter todos os acessórios de sinalização e segurança operacionais e ter em dia a sua manutenção de acordo com as especificações do fabricante.

Deverá ser nomeado pela Entidade Executante, um responsável pela organização e orientação das cargas. Esta nomeação deverá ser comunicada, antes do início dos trabalhos de movimentação mecânica de cargas.

Por forma a diminuir o risco de acidentes, antes de a carga ser elevada, esta deve ser avaliada, tendo em conta a sua dimensão, peso e forma de amarração. Os responsáveis pela orientação da carga devem ter em atenção o trajeto a percorrer pela mesma, evitando as condicionantes existentes no trajeto, tais como, obstáculos fixos e linhas elétricas.

No caso específico da utilização de Gruas, a Entidade Executante terá de apresentar uma planta de implantação da grua e no caso de existirem mais de uma, um plano de coordenação entre elas e as distâncias mínimas de segurança entre as suas lanças, assim como as características destas, incluindo as limitações de carga de cada uma.

## **10.2 Movimentação Manual:**

A elevação de forma correta de cargas tem um papel fundamental na prevenção das lesões musculares e esqueléticas a médio e longo prazo.

Deste modo cabe á Entidade Executante, em caso de não ser possível a movimentação de cargas por meios mecânicos, organizar o estaleiro de a reduzir os trajetos e garantir a existência de meios auxiliares á movimentação de cargas, tais como, carros de mão, ventosas, porta paletes, entre outros de acordo com os materiais a transportar.

O empregador deverá dar formação/sensibilização aos seus trabalhadores que vise uma correta movimentação manual de cargas.

## **11. INSTALAÇÕES E EQUIPAMENTOS DE APOIO À PRODUÇÃO**

### **11.1 Zonas de Armazenagem**

A zona de armazenagem de materiais terá de estar devidamente assinalada no Plano de Circulação da Obra e Estaleiro.

- Estas zonas devem estar devidamente niveladas.
- Materiais cilíndricos deverão ser devidamente calçados.
- Os materiais serão armazenados conforme o tipo de produto.
- Evitar as pilhas de material com mais de 1,5 metros.

### **11.2 Zonas de carga e descarga**

As zonas de carga e descarga de materiais serão previamente aprovadas pela Fiscalização/Coordenação da Obra.

### **11.3 Instalações elétricas**

As instalações elétricas obedecerão à legislação em vigor, nomeadamente:

- Regulamento de subestações e postos de transformação e de seccionamento;
- Linhas elétricas de alta tensão;
- Redes de distribuição de energia elétrica e baixa tensão;
- Instalações de utilização de energia elétrica.

A Entidade Executante responsável pelo estaleiro terá de realizar inspeções quinzenais à obra por um técnico credenciado e apresentar um relatório de verificação e de conformidade com a legislação em vigor.

## **12. PLANIFICAÇÃO DOS TRABALHOS**

Por forma a poder ser realizada a planificação conjunta dos trabalhos em segurança, a Entidade Executante terá de entregar semanalmente o Plano de trabalhos semanal.

A análise do plano de trabalhos será efetuada nas reuniões onde estarão presentes o Diretor de Obra da Entidade Executante e o seu técnico de segurança.

## **13. CRONOGRAMA DOS TRABALHOS**

A Entidade Executante deve entregar um cronograma dos trabalhos a realizar.

## **14. ACIDENTE, SOCORRO, EMERGÊNCIA E EVACUAÇÃO**

### **14.1 Acidentes de Trabalho**

Em caso de acidente ou doença grave, o Responsável de Segurança da Entidade Executante deverá ser avisado imediatamente para que possa tornar as providências consideradas necessárias. Qualquer acidente de trabalho deve ser imediatamente comunicado ao Dono de Obra.

Qualquer acidente de trabalho de que tenham resultado mortos ou feridos graves deve ser imediatamente comunicado pela Entidade Empregadora do acidentado à delegação do ACT da zona nas 24 horas subsequentes. A zona tem de ser de imediato delimitada. Os trabalhos serão suspensos pela Entidade Executante de imediato.

As condições no local do acidente não poderão ser alteradas até que tal seja autorizado por escrito pelas autoridades competentes ACT. Os trabalhos apenas poderão recomeçar, depois de levantada a interdição, por escrito, por parte das entidades competentes ACT.

O acesso ao local do acidente apenas pode ser facultado aos meios de socorro e autoridades competentes.

### **14.2 Sistema de Primeiros Socorros**

É obrigatória a existência de material de primeiros socorros, sinalizado e de fácil acesso, em todos os locais onde as condições de trabalho o exigirem.

As caixas de primeiros socorros terão de estar devidamente apetrechadas, no mínimo, com o seguinte material:



Luvas esterilizadas Compressas, Betadine, Solução dérmica, Algodão, Ligaduras indesmalháveis, Água oxigenada, Adesivo hipoalergénico, Tesoura, Queimax ou similar, Pensos rápidos, Álcool, Aspirina ou similar

Os locais onde existirem caixas de primeiros socorros terão de possuir sinalização perfeitamente visível.

O endereço e o número de telefone do serviço de urgência local estarão afixados de forma clara e visível em local próprio.

### **14.3 Prevenção de Incêndios**

No estaleiro terão de existir extintores de incêndio em boas condições de funcionamento.

Haverá pelo menos um extintor de 6Kg de Pó Químico ABC na área do estaleiro. A quantidade e a sua distribuição e sinalização terá de ser verificada e aceite.

É terminantemente proibida a utilização de quaisquer tipos de aparelhos elétricos para outra função que não seja para a qual foram concebidos.

É expressamente proibido fazer fogueiras no interior do Estaleiro/Obra. As quantidades de materiais inflamáveis e de combustíveis armazenados serão as minimamente necessárias.

### **14.4 Plano de Emergência**

#### **i. Introdução**

Nos termos da legislação em vigor, constitui obrigação da Entidade Executante o estabelecimento das medidas adequadas a adotar em caso de acidente ou mesmo de uma catástrofe (incêndios, sismos, inundações), face às características do estaleiro e do local no qual está inserido. De uma forma geral, deverá referir-se o posto de socorros, os meios de comunicação de emergência, os caminhos de evacuação, os sistemas de alarme, a iluminação de emergência, etc.

Relativamente 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, deverá a Entidade Executante implementar um serviço de primeiros socorros e cuidados médicos, promovendo as seguintes ações:



- afixação de um cartaz no estaleiro, contendo endereços e números de telefone dos Serviços de Urgência do Hospital que dá cobertura à zona da obra, bem como dos Corpos de Bombeiros, Médicos e Socorristas.
- acesso fácil e bem sinalizado do Posto de Socorros.
- manutenção das vias de circulação desimpedidas para evacuação de feridos.
- existência de pessoal com formação em socorrismo.
- existência de material de socorro ajustado à situação.
- coordenação com as infraestruturas locais de saúde e emergência.
- exames médicos periódicos e obrigatórios.
- manutenção de registos de todas as ocorrências verificadas em matéria de acidentes.

## ii. Procedimento em caso de acidente grave

Em caso de acidente, que implique o transporte do acidentado para fora da zona da obra, o Responsável de emergência da Entidade Executante ou seu substituto, terá que proceder do seguinte modo:

1º. Chamar os socorristas através do número de telefone nacional de emergência 112. É fundamental dar os dados mais precisos possíveis:

- A sua identificação.
- A morada do local:
- Descrever o acidente: Número de feridos e tipo de acidente (queda, atropelamento, soterramento, corte...);
- O tipo de lesão: (hemorragia, intoxicação...) e parte do corpo atingida (pés, braços, pernas, tronco, cabeça...);
- O melhor acesso para chegar ao local (envie pessoas ao encontro dos socorristas por forma a tornar o socorro mais rápido).

2º. Alertar o Responsável de Segurança, Direção de Obra;

3º. Fazer com que o acidentado fique o mais confortável possível, tendo em atenção as seguintes regras:

- Não deslocar o acidentado se não souber como fazê-lo corretamente.
- O acidentado não poderá ingerir qualquer tipo de alimento, sólido ou líquido.
- Afastar todas as pessoas que não sejam necessárias.
- Manter o acidentado quente, utilizando uma manta ou casaco.
- Desimpedir os acessos de modo que o socorro externo possa chegar e sair no mais curto espaço de tempo possível;
- Em caso de acidente com corrente elétrica, NÃO TOCAR NO ACIDENTADO, antes de se ter assegurado de que a corrente elétrica está desligada.

4º. Providenciar para que os socorristas lhe indiquem instruções para ajudar o acidentado.

5º. Ajudar os socorristas em tudo o que lhe for possível.

- 6º. Elaborar o relatório de acidente.
- 7º. Comunicar o facto a ACT, nas 24 horas subsequentes à ocorrência do acidente.

**Nota importante:**

Sempre que ocorram acidentes de que resultem a morte ou lesão grave de trabalhadores, têm de:

- Ser suspensos, por quem participe o acidente ou por solicitação da ACT, todos os trabalhos suscetíveis de destruir ou alterar os vestígios deixados, sem prejuízo da assistência a prestar às vítimas;
- Permitir unicamente a trabalhadores com aptidão e formação adequadas, o acesso a zonas de risco grave;
- Adotar medidas e dar instruções que permitam aos trabalhadores, em caso de perigo grave e iminente, cessar a sua atividade e afastar-se de imediato.

**iii] Procedimento em caso de acidente de grandes proporções**

Em caso de acidente de grandes proporções (grande incêndio, terramoto, desmoronamento de grandes proporções, ameaça de bomba ou inundação) a Evacuação dos trabalhadores presentes no estaleiro e Obra será realizada à ordem do Encarregado da Obra ou do seu substituto.

O alerta de emergência será realizado através de uma sirene de alarme ou de outro meio eficaz a sugerir pela Entidade Executante. Os trabalhadores deverão deslocar-se ordeiramente até ao Ponto de Encontro, estabelecido previamente, onde se procederá sua contagem.

É vivamente desaconselhada a tentativa de resgate de feridos ou desaparecidos por pessoal não especializado no local.

O Responsável do estaleiro ou seu substituto deverão manter a calma e prestar as informações necessárias aos elementos dos serviços exteriores (Bombeiros, Emergência Médica, ACT...).

As plantas de evacuação (a anexar ao Plano pela Entidade Executante) serão afixadas em locais de acesso dos trabalhadores.

Este Plano de Emergência Geral deve ser adaptado especificamente às Obras, pela Entidade Executante. Deverá ainda ser completado sempre que surjam modificações na obra.

**iv. Lista de Responsáveis de Emergência e Evacuação**

**Função, Empresa, Nome**

- Responsável de emergência - a indicar

- Substituto do Responsável de emergência - a indicar

## **15. ARRUMAÇÃO E LIMPEZA DO ESTALEIRO**

### **15.1 Limpeza e recolha de lixos**

Será responsabilidade da Entidade Executante manter o espaço de estaleiro limpo e arrumado. A remoção de entulhos e outros materiais relacionados com a obra será da responsabilidade da Entidade Executante que executa os trabalhos.

A remoção de entulhos e outros materiais para vazadouros será feita regularmente para evitar a sua aglomeração no estaleiro.

No final dos trabalhos, os locais utilizados como apoio à obra, têm de ficar livres de quaisquer instalações, equipamentos, materiais ou resíduos de qualquer espécie, devendo ser retirados logo que se tornem definitivamente desnecessários.

Os veículos e equipamentos móveis devem circular em estado de limpeza suficiente para que não sujeiem as estradas e acessos de estaleiro com lamas ou outros resíduos. Para o efeito, sem prejuízo da lavagem de rodados quando necessário, deve assegurar-se boas condições de circulação na zona de acessos de estaleiro e caminhos de obra.

### **15.2 Proteção do ambiente**

A proteção do ambiente faz parte das responsabilidades de todos. Os responsáveis das empresas em obra, em particular, devem implementar as condições necessárias para garantir a segurança das pessoas e a proteção do ambiente em todas as suas atividades.

Um comportamento baseado numa consciência ambiental constitui um dos fundamentos de responsabilidade profissional.

### **15.3 Poluição**

É proibido queimar e enterrar resíduos sólidos, bem como despejar no estaleiro ou em cursos de água, líquidos contaminados. Todo e qualquer resíduo deve ser encaminhado para os locais de recolha adequados.

O trabalho em pedra ou outros materiais que possa produzir poeiras, deve ser efetuado com injeção líquida na zona de emissão. Não sendo possível, o trabalhador deverá usar proteção individual adequada.

## **16. ORGANIZAÇÃO DO ESTALEIRO**

### **16.1 Sinalização dos trabalhos**

Durante a realização dos trabalhos, todos os trabalhadores presentes em estaleiro têm de possuir conhecimento da sinalização de segurança.

À entrada do estaleiro e nos locais de trabalho serão colocados os sinais respeitantes à obrigação de utilização dos Equipamentos de Proteção Individual (EPI) e à proibição de entrada de pessoas estranhas à obra.

Todos os locais onde haja perigo de queda ou de embate serão devidamente assinalados com corrente ou rede sinalizadora, procedendo-se à montagem de proteções coletivas nesse espaço (guarda-corpos).

O equipamento de proteção coletiva colocado (barreiras de proteção, guarda-corpos, correntes de sinalização, sinais, ou outros dispositivos existentes) não será retirado sem autorização prévia.

### **16.2 Proteções Coletivas**

É da responsabilidade do empregador (Entidade Executante), assegurar e aplicar as medidas necessárias de proteção coletiva de modo a reduzir e/ou eliminar os riscos profissionais, conforme previsto na Lei-Quadro sobre Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho.

Todas as zonas com o risco de quedas em altura devem ser protegidas com medidas de proteção coletiva adequadas e eficazes e se necessário os trabalhadores que aí laboram devem utilizar proteções individuais.

Quando por razões técnicas, as medidas de proteção coletiva forem inviáveis ou ineficazes, deverão ser adotadas medidas de proteção individual.

As proteções coletivas deverão ter elementos que impeçam a queda de objetos e de trabalhadores em altura, e quando isso não seja tecnicamente possível, o acesso de trabalhadores deverá ser interdito às zonas perigosas.

As proteções coletivas deverão ser montadas utilizando materiais e/ou sistemas homologados, sendo necessário proceder à entrega de certificados de conformidade quando aplicável.

### **16.3 Proteção individual**

A Entidade Executante deverá garantir que:

Os seus trabalhadores estão informados e instruídos sobre os riscos existentes nos locais de trabalho e, em especial, sobre as consequências da sua permanência nos locais proibidos, quando as medidas do tipo coletivo não solucionem os problemas.

Os seus trabalhadores estão instruídos sobre a utilização correta de equipamentos de proteção individual e que lhes é providenciada informação sobre as consequências da sua não utilização ou utilização defeituosa.

A Entidade Executante deverá reter evidência escrita de que foram distribuídos os EPI necessários à execução dos trabalhos em segurança. Estes documentos poderão ser solicitados a qualquer momento.

#### **16.4 Equipamentos de proteção individual**

É da responsabilidade da Entidade Executante a Disponibilização/Use dos Equipamentos de Proteção Individual. Os EPI serão de modelo ensaiado e homologado pelos organismos competentes.

Por toda a obra e estaleiro será obrigatório o uso permanente de capacete bem como de calçado com palmilha e biqueira de aço.

A Entidade Executante deverá ter registo da distribuição de EPI (ficha de distribuição de EPI) a todos os trabalhadores da obra. Deverá também disponibilizar EPI aos seus eventuais visitantes e outros intervenientes na obra relacionados com a sua empreitada.

Em zonas de altura igual ou superior a 2 metros e desde que não exista proteção coletiva que impeça a queda em altura, será obrigatório o uso de arnês de segurança anti queda com absorção de energia, devidamente fixado.

#### **16.5 Iluminação**

Será responsabilidade da Entidade Executante garantir que todos os trabalhos estarão devidamente iluminados, por forma a evitar acidentes, sempre que se trabalhe em horários ou locais de pouca luminosidade. A Entidade Executante terá de garantir meios de iluminação que não provoquem encandeamento e que garantam conforto visual e térmico sem provocarem riscos adicionais.

#### **16.6 Poeiras**

Para evitar o empoeiramento excessivo dos locais de trabalho, a Entidade Executante terá de tomar as seguintes medidas:

- utilização de sistemas de sucção nas máquinas que produzem poeiras;
- humedificação dos locais de trabalho, sempre que tecnicamente possível.

### **16.7 Ruído**

Serão tomadas todas as medidas para que o trabalho se faça com os trabalhadores expostos a níveis de ruído inferiores a 80 dB(A).

Todos os trabalhadores que deles necessitem, terão ao seu dispor protetores auriculares.

Sempre que se utilizem martelos pneumáticos ou rebitadoras, será obrigatória a utilização de protetores auriculares.

## **17. DOCUMENTAÇÃO**

A Entidade Executante tem de garantir que toda a documentação, se encontra em obra, e disponível para consulta, sempre que requisitada pela Fiscalização e pelos serviços públicos com competência de inspeção.

### **17.1 Situação dos trabalhadores regularizada**

É responsabilidade da Entidade Executante envolvida garantir que todos os seus trabalhadores no estaleiro estão em situação legalizada.

### **17.2 Contratos de trabalho**

A Entidade Executante compromete-se a manter atualizados os contratos com todos os seus trabalhadores, visados pelo ACT (com dados relativos à inscrição na Segurança Social e processos de legalização de trabalhadores quando for caso disso). Devem facultá-los ao Dono de Obra, sempre que solicitados.

### **17.3 Medicina no trabalho**

A Entidade Executante compromete-se a manter em Obra, disponíveis para consulta, as Fichas de Aptidão Médica, referentes aos trabalhadores em exercício. Devem facultá-los, sempre que solicitados, esta ficha deve ser passada pelo Médico do Trabalho da Empresa, de acordo com a Lei n.º 102/2009, de 10 de setembro (com alterações posteriores).

### **17.4 Seguro de Acidentes de Trabalho**

A Entidade Executante compromete-se a manter todos os seus trabalhadores abrangidos por Seguro de Acidentes de Trabalho.

A Entidade Executante terá de apresentar fotocópia atualizada da Apólice de Seguro de Acidentes de Trabalho, antes do início dos trabalhos.

A Entidade Executante fica obrigada a permitir total liberdade de fiscalização dos documentos por parte da Fiscalização.

## **18. INFORMAÇÃO**

### **18.1 Locais de afixação**

A Entidade Executante fica obrigada a providenciar um local para afixação de informação útil, para os seus trabalhadores. Os procedimentos essenciais a adotar em caso de emergência devem encontrar-se afixados permanentemente.

### **18.2 Formação dos trabalhadores**

Será da responsabilidade da Entidade Executante a formação dos seus trabalhadores, incidindo nos seguintes pontos essenciais:

#### **Princípios Básicos de Segurança**

Nestas ações deverão ser focados:

- a sinalização de segurança (as cores na sinalização de segurança e a pintura com cores, de todos os elementos construtivos ou da instalação que convenha diferenciar do conjunto);
- uso de equipamentos de proteção individual (EPI);
- cuidados a ter com equipamentos e máquinas;
- funcionamento do Plano de evacuação da Obra;
- segurança específica dos trabalhos a efetuar.

## **19. LISTA DE DOCUMENTOS NECESSÁRIOS NA ENTRADA EM OBRA**

A listagem de documentos abaixo descrita não dispensa a entrega de outros documentos mencionados.

### **19.1 Documentos a entregar à Fiscalização:**

- Fotocópia atualizada da Apólice de Seguro de Acidentes de Trabalho e respetivo recibo de pagamento;

### **19.2 Documentos a serem entregues à Fiscalização da Obra:**

- Declaração de Receção deste documento;
- Identificação de Entidade Executante;
- Mapa de Carga Semanal do Pessoal;
- Análise de Riscos (a ser entregue quando necessário);
- Plano de Emergência e Evacuação.

### 19.3 Documentos a manter em obra, disponíveis para consulta e a facultar quando requisitados pelo Dono de Obra:

#### i. Da Empresa (Entidade Executante)

- Fotocópia do Certificado de Classificação da empresa atualizado (INCI) ou Título de Registo (no caso de trabalhadores independentes);
- Fotocópia atualizada da Apólice de Responsabilidade Civil e respetivo recibo de pagamento.
- Horário de Trabalho na obra;
- Contratos atualizados de todos os seus trabalhadores estrangeiros (Comprovativo de entrega/ envio ao ACT);
- Folha de Férias – Mapa da Segurança Social.

#### ii. Dos Trabalhadores

- Bilhete de Identidade ou Passaporte;
- Cartão de Contribuinte;
- Cartão de segurança Social;
- Fichas de Aptidão Médica referentes aos trabalhadores em exercício (Decreto-Lei nº 26/94);
- Comprovativo individual de entrega de EPI ao trabalhador.

#### iii. Do Equipamento

- Plano de Manutenção “Revisões Periódicas”;
- Ficha de Manutenção “Check-List de aferição/ensaio” (última);
- Declaração de Aptidão Profissional de Manobrador;
- Declaração CE.

**NOTA:** Esta lista de documentos não é exaustiva. A Entidade Executante terá de ter em sua posse **toda a documentação legal** exigida à sua atividade.

## 20. FICHAS DE PREVENÇÃO NOS PROCESSOS CONSTRUTIVOS E DE PREVENÇÃO DE RISCOS DE EQUIPAMENTOS

Todas as fichas de prevenção tanto dos processos construtivos como de riscos de equipamentos, encontram-se disponíveis **em anexo** a este documento e não dispensam a sua leitura cuidadosa.

As Fichas de Procedimentos de Segurança têm por objetivo prevenir os riscos laborais das atividades desenvolvidas no estaleiro. Estas fichas substituem o Plano de Segurança e Saúde nas obras em que este não é obrigatório. O conteúdo mínimo das referidas fichas, deve estar acessível, no estaleiro, a todos os subempreiteiros e trabalhadores



independentes, bem como aos representantes dos trabalhadores para a Segurança Higiene e Saúde que nele trabalhem.