

# Equipamentos de Proteção Individual



## OBRIGATÓRIOS:



**TRABALHE EM SEGURANÇA ...**

**PROTEJA A SUA SAÚDE ANTES QUE SEJA TARDE DEMAIS!!**

Tarefas de:

**PEDREIRO/SERVENTE**



### Proteção dos pés



- Calçado de segurança com biqueira de aço, anti-derrapante, impermeável e com palmilha anti perfuração.

### Proteção das mãos



- Luvas de pele para proteção mecânica (abrasão, corte, rasgo e perfuração), para usar nos trabalhos em geral.

- Luvas de PVC para proteção química e mecânica (abrasão, corte, rasgo e perfuração), para usar na preparação/utilização da massa de cimento e outras substâncias químicas.

### Proteção dos ouvidos



- Tampões auditivos pré-moldados ou protetores auriculares (ideal para trabalhos que envolvam muita movimentação e sujidade/poeiras), para a utilização dos equipamentos de trabalho ruidosos.

### Proteção dos olhos



- Óculos contra poeiras e projeção de partículas na utilização do martelo elétrico, da máquina de cortar betão, entre outras.

### Proteção da cabeça



- Capacete de proteção para utilizar em trabalhos sobre, por baixo ou na proximidade de andaimes, em operações de montagem, em demolições e sempre que se encontrar num local de obra (estaleiro).

### Proteção do corpo



- Vestuário de proteção (fardamento) adequado às condições climáticas e vestuário de sinalização (refletor- para a via pública e sempre que se encontrar num local de obra (estaleiro).



**Divisão de Obras e Equipamentos Municipais  
(DOEM)**

**Serviço de Obras e Conservação da Rede Viária**

Morada:

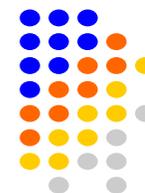
Instalações Municipais Zona Industrial do Monte da Barca

2100-051 Coruche

Contactos:

Telefone: 243 610 230

**FICHA DE PROCEDIMENTOS  
DE SEGURANÇA**



## CONDIÇÕES DE EXECUÇÃO:

As tarefas associadas à função de pedreiro/servente são: executar obras municipais, como arruamentos e caminhos municipais, reparar e conservar imóveis que sejam propriedade ou estejam sob a responsabilidade do município e promover a conservação e manutenção de equipamentos municipais. Compreendem as seguintes etapas:

- 1- Verificar a área de trabalho - se se encontra desimpedida e se o terreno apresenta condições de segurança, tendo sempre em conta as próprias condições climáticas (chuva, nevoeiro,...);
- 2- Delimitar e sinalizar a área de trabalho antes de iniciar as tarefas, especialmente nas proximidades ou na faixa de rodagem, sendo que poderá ter que ser sinalizada no dia anterior com sinalização temporária adequada;
- 3- Tarefas (alguns exemplos):
  - assentamento de manilhas, tubos,...
  - execução de rebocos, alvenarias,...
  - pequenas demolições
  - escavação manual

Equipamentos de trabalho: Colher de pedreiro, talocha, fio-de-prumo, esponja e trincha de pedreiro, picareta, nível de bolha, pá, vassoura, carro de mão, andaimes, maceta, escopro, martelo, grampos, placa de compactação/vibratória, gerador, martelo elétrico, máquina de cortar betão, entre outras.

- 4- No final da jornada de trabalho, garantir a arrumação do local de trabalho, envolvente à obra, nomeadamente dos equipamentos de trabalhos e resíduos, e verificar as condições de manutenção, ou não, da sinalização temporária até terminarem os trabalhos.

⇒ Para trabalhos de grandes dimensões e mais complexos as tarefas são encaaminhadas para empresas especializadas, sendo os riscos profissionais destes trabalhadores minimizados.



### PERIGOS:

- Elevada quantidade de mão-de-obra
- Utilização de diversos equipamentos de trabalho (elétricos, cortantes, vibratórios, em mau estado de conservação,...)
- Movimentação manual de cargas (materiais e equipamentos pesados)
- Manuseamento de substâncias (argamassa/cimento, cal hidráulica,...)
- Trabalhos em altura e em escavações/taludes (desequilíbrio, instabilidade de taludes, montagem incorrecta de andaimes,...)
- Circulação na via pública (trabalhos na faixa de rodagem ou proximidades, trabalhos junto a máquinas,...)

### RISCOS PROFISSIONAIS:

- Risco ergonómico (posturas incorretas, movimentos repetitivos, postura prolongada de pé/curvada e esforço físico elevado)
- Queda ao mesmo nível (tropear em ferramentas, fios, materiais,...)
- Queda a diferentes níveis (escadas)
- Queda em altura (andaimes, valas, taludes)
- Projeção de partículas (poeiras, pedras, ...)
- Pancada por objetos móveis (ferramentas e materiais)
- Contacto mecânico (ferramentas, máquinas, placa de compactação, martelo elétrico, máquina de cortar betão,...)
- Exposição ao ruído (placa de compactação, martelo elétrico, ...)
- Exposição a vibrações (placa de compactação, martelo elétrico, ...)
- Risco eléctrico (equipamentos ou fios eléctricos em mau estado de conservação, trabalhos junto a instalações eléctricas,...)
- Risco químico (colas, preparação da massa de cimento, cal hidráulica, ...)
- Acidentes rodoviários (trabalhos na faixa de rodagem ou proximidades, soterramento,...)
- Ambiente térmico (frio, calor, chuva, sol,...)

### CONSEQUÊNCIAS/ DANOS

- Luxações, lesões músculo-esqueléticas e lombares
- Fraturas, lesões múltiplas e traumatismos variados
- Cortes, contusões e hematomas
- Fadiga auditiva, surdez profissional e irritabilidade
- Problemas circulatórios
- Choque eléctrico
- Irritações cutâneas e oculares
- Danos nas vias respiratórias
- Atropelamento
- Constipações e queimaduras

## MEDIDAS DE PREVENÇÃO:



- Utilizar sempre os equipamentos de protecção individual (EPI's).
- Adotar posturas corretas na movimentação manual de cargas, por exemplo: manter as costas direitas (inclinar e não curvar), dobrar os joelhos ao agarrar a carga, evitar torções do corpo e movimentos bruscos, não levantar uma carga pesada acima da cintura num só movimento nem levantar a carga acima da cabeça. Não transportar mais carga do que a recomendada (máx 20kg). Deve existir trabalho em equipa.
- Não realizar tarefas, por um período de tempo longo, com os braços acima da altura dos ombros.
- Recorrer a transportes mecânicos para movimentar as cargas.
- Manter o local de trabalho arrumado, com os equipamentos de trabalho juntos e sem obstruir os locais de passagem.
- Fazer manutenções periódicas dos equipamentos de trabalho (reparação, afiação, limpeza, ...).
- Escadas -permanecer apenas uma pessoa de cada vez na escada; subir/ descer de frente para os degraus; devem ser utilizadas em tarefas leves e de curta duração (máx 30 min) uma vez que não oferecem grande estabilidade pelo que, sempre que possível, substituir a sua utilização por andaimes (plataforma de trabalho >2m).
- Nos andaimes fixos - cumprir as regras de segurança específicas, por exemplo: fixar à face de apoio (parede), existência de barras guarda-corpos e de pranchas metálicas; instalação por pessoas devidamente formadas; entre outras.
- Nos andaimes móveis - garantir o travamento das rodas antes de subir para a plataforma de trabalho e não haver deslocação com os trabalhadores em cima.
- Nunca transportar ferramentas ou outros materiais nas mãos enquanto se sobe para a plataforma de trabalho – deve haver entreajuda.
- Não improvisar plataformas de trabalho com bidões, caixas, tijolos, entre outros.
- Manter-se visível para os manobreadores de máquinas, garantindo sempre uma distância de segurança das máquinas, bem como das zonas de declive acentuado.
- Na utilização de equipamentos que causem vibração – haver rotatividade do trabalhador, diminuição dos períodos consecutivos de utilização e leitura do manual de instruções (disponibilizado pelo fornecedor).
- Manter uma boa higiene pessoal, como: Lavar sempre as mãos nas paragens para comer; Trocar de vestuário depois da jornada de trabalho e antes de abandonar as instalações.
- Participação em ações de formação/informação aos trabalhadores relativas a precauções a tomar para evitar a exposição a riscos profissionais e em caso de acidente e sua prevenção.
- Vigilância da saúde (exames médicos, vacinação, acesso rápido a primeiros socorros).