

Anexos

ANEXO 1

Exposição ao Ruído em Locais de Trabalho

3. Definições Aplicáveis

- **Exposição pessoal diária ao ruído, $L_{EX,8h}$:** o nível sonoro contínuo equivalente, ponderado A, calculado para um período normal de trabalho diário de oito horas (T_0), que abrange todos os ruídos presentes no local de trabalho, incluindo o ruído impulsivo, expresso em dB (A), dado pela expressão:

Em que:

$$L_{EX,8h} = L_{Aeq,T_e} + 10 \times \log_{10} \left(\frac{T_e}{T_0} \right)$$

$$L_{Aeq,T_e} = 10 \times \log_{10} \left(\frac{1}{T_e} \int_0^{T_e} \left[\frac{(p_A(t))^2}{(p_0)^2} \right] dt \right)$$

Em que:

T_e - tempo de duração diária da exposição pessoal de um trabalhador ao ruído durante o trabalho;

T_0 - duração de referência de oito horas (28 800 segundos);

$p_A(t)$ - pressão sonora instantânea ponderada A, expressa em pascal (Pa), a que está exposto um trabalhador;

p_0 - pressão de referência = 2×10^{-5} pascal = 20 μ Pa.

- **Exposição pessoal diária efectiva, $L_{EX,8h,efect}$:** a exposição pessoal diária ao ruído tendo em conta a atenuação proporcionada pelos protectores auditivos, expressa em dB(A), calculada pela expressão:

$$L_{EX,8h,efect} = 10 \times \log_{10} \left[\frac{1}{8} \times \sum_{k=1}^{k=n} T_k \times 10^{0,1 \times L_{Aeq,T_k,efect}} \right]$$

Em que:

T_k - tempo de exposição ao ruído k;

$L_{Aeq,T_k,efect}$ - nível sonoro contínuo equivalente a que fica exposto o trabalhador equipado com protectores auditivos.

- **Incerteza expandida:** valor que define um intervalo em torno do resultado da medição que se estima que contenha uma fracção significativa da distribuição de valores que podem razoavelmente ser atribuídos à mensuranda. Essa fracção pode ser vista como a probabilidade de cobertura ou o nível de confiança do intervalo. A incerteza de medição expandida U , é obtida mediante a multiplicação da incerteza padrão $u(y)$ da estimativa da grandeza de saída por um factor de expansão (ou de cobertura) k :

$$U = k \times u_c(y)$$

- **Média semanal dos valores diários da exposição pessoal ao ruído, $\bar{L}_{EX,8h}$:** a média dos valores de exposição diários, com uma duração de referência de quarenta horas, obtida pela expressão:

$$\bar{L}_{EX,8h} = 10 \times \log_{10} \left[\frac{1}{5} \times \sum_{k=1}^{k=m} 10^{(0,1 \times L_{EX,8h})_k} \right]$$

Em que:

$(L_{EX,8h})_k$ - representa os valores de $L_{EX,8h}$ para cada um dos “m” dias de trabalho da semana considerada.

- **Nível de pressão sonora de pico, L_{Cpico} :** o valor máximo da pressão sonora instantânea, ponderado C, expresso em dB (C), dado pela expressão:

$$L_{Cpico} = 10 \times \log_{10} \left(\frac{p_{Cpico}}{p_0} \right)^2$$

Em que:

p_{Cpico} - é o valor máximo da pressão sonora instantânea a que o trabalhador está exposto, ponderado C, expresso em pascal.

- **Nível sonoro contínuo equivalente, $L_{Aeq,T}$, ponderado A de um ruído num intervalo de tempo T:** é o nível sonoro, expresso em dB(A), obtido pela expressão:

$$L_{Aeq,T} = 10 \times \log_{10} \left(\frac{1}{T} \int_{t_1}^{t_2} \frac{(p_A(t))^2}{(p_0)^2} dt \right)$$

Em, que:

$T = t_2 - t_1$ - tempo de exposição de um trabalhador ao ruído no trabalho;

- **Nível sonoro ponderado A, L_{p_A} :** o nível da pressão sonora, em dB(A), ponderado de acordo com a curva de resposta de filtro normalizado A, dado pela expressão:

$$L_{p_A} = 10 \times \log_{10} \left(\frac{p_A}{p_0} \right)^2$$

Em que:

p_A - valor eficaz da pressão sonora ponderada A, expresso em pascal, a que está exposto um trabalhador.

- **Ruído impulsivo:** ruído constituído por um ou mais impulsos de energia sonora, tendo cada um uma duração inferior a um segundo e separados por mais de 0,2 segundos.
- **Valores de acção superior e inferior:** os níveis de exposição diária ou semanal ou os níveis da pressão sonora de pico que em caso de ultrapassagem implicam a tomada de medidas preventivas adequadas à redução do risco para a segurança e saúde dos trabalhadores.

Valores de acção superiores: $L_{EX,8h} = \bar{L}_{EX,8h} = 85 \text{ dB(A)}$ e $L_{Cpico} = 137 \text{ dB(C)}$ equivalente a 140 Pa

Valores de acção inferiores: $L_{EX,8h} = \bar{L}_{EX,8h} = 80 \text{ dB(A)}$ e $L_{Cpico} = 135 \text{ dB(C)}$ equivalente a 112 Pa

Para aplicação dos valores de acção não são tidos em consideração os efeitos decorrentes da utilização de protectores auditivos.

- **Valores limite de exposição:** o nível de exposição diária ou semanal ou o nível da pressão sonora de pico que não deve ser ultrapassado.

$$L_{EX,8h} = \bar{L}_{EX,8h} = 87 \text{ dB(A)} \text{ e } L_{Cpico} = 140 \text{ dB(C)} \text{ equivalente a 200 Pa}$$

Para aplicação dos valores limite é tida em consideração a atenuação do ruído proporcionada pelos protectores auditivos.

- **Protectores auditivos:** equipamento de protecção individual que é utilizado para reduzir o efeito agressivo do ruído ambiente no aparelho auditivo, considerando-se normalmente quatro tipos:
- Os de inserção no canal auditivo externo (tampões);
 - Os de cobertura de todo o pavilhão auricular (protectores auriculares);
 - Os de cobertura de parte substancial da cabeça e de todo o pavilhão auricular (capacetes);
 - Os protectores activos.

4. Contexto Legislativo

O regime jurídico no que diz respeito ao ruído ocupacional encontra-se consignado no Decreto-Lei n.º182/2006, de 6 de Setembro, que estabelece o quadro geral de protecção dos trabalhadores contra os riscos resultantes da exposição ao ruído durante o trabalho.

Este diploma institui os valores limite de exposição e os valores de acção superior e inferior (artigo 3.º), no que se refere à exposição pessoal diária ($L_{EX,8h}$) ou semanal ($\bar{L}_{EX,8h}$) de um trabalhador e ao nível de pressão sonora de pico (L_{Cpico}), assim como as respectivas medidas a aplicar sempre que estes valores são atingidos ou ultrapassados.

- Valores limite de exposição: $L_{EX,8h} = \bar{L}_{EX,8h} = 87 \text{ dB(A)}$ e $L_{Cpico} = 140 \text{ dB(C)}$
- Valores de acção superiores: $L_{EX,8h} = \bar{L}_{EX,8h} = 85 \text{ dB(A)}$ e $L_{Cpico} = 137 \text{ dB(C)}$
- Valores de acção inferiores: $L_{EX,8h} = \bar{L}_{EX,8h} = 80 \text{ dB(A)}$ e $L_{Cpico} = 135 \text{ dB(C)}$

O presente decreto-lei estabelece também as condições de vigilância médica e audiométrica da função auditiva dos trabalhadores expostos e os princípios de protecção, informação e formação dos trabalhadores. O quadro 1 resume as medidas designadas no referido diploma legal, de acordo com os resultados da avaliação da exposição diária ao ruído.

Quadro 1 – Resumo das medidas a aplicar relativamente aos resultados da avaliação da exposição diária ao ruído (artigos 6.º, 7.º, 8.º, 9.º, 11.º, 12.º e 13.º).

Medida a aplicar	$L_{EX,8h} \geq 80 \text{ dB(A)}$ $L_{Cpico} \geq 35 \text{ dB(C)}$	$L_{EX,8h} \geq 85 \text{ dB(A)}$ $L_{Cpico} \geq 37 \text{ dB(C)}$	$L_{EX,8h} \geq 87 \text{ dB(A)}$ $L_{Cpico} \geq 40 \text{ dB(C)}$
Avaliação periódica mínima	---	Anual	Anual
Formação/ Informação a trabalhadores expostos e seus representantes para a segurança, higiene e saúde no trabalho	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Vigilância médica e audiométrica da função auditiva	De 2 em 2 anos	Anual	Anual
Disponibilidade de protectores auditivos	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Uso dos Protectores	Opcional	Obrigatório	Obrigatório
Sinalização do local de trabalho	---	Obrigatório	Obrigatório
Delimitação e acesso restrito ao local de trabalho	---	Sempre que tecnicamente possível e o risco de exposição o justifique	Sempre que tecnicamente possível e o risco de exposição o justifique
Programa de medidas técnicas ou de organização do trabalho para reduzir a exposição	---	Obrigatório	Obrigatório, com aplicação imediata.
Registo, arquivo e conservação das avaliações e da vigilância médica e audiométrica	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório

ANEXO 2

Modelo de Ficha de Procedimento de Segurança

FICHAS DE PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA	
Dono de Obra	
Descrição da Obra	
Empreiteiro	
Condicionantes do Local / Obra	

Contactos de Emergência

	Número Interno de Emergência SECIL - OUTÃO	1515
	Posto Médico SECIL - OUTÃO	1206
	Bombeiros Voluntários de Setúbal	265 523 223 265 538 090 265 538 098
	Bombeiros Sapadores de Setúbal	265 522 122 265 521 523
	Serviço Nacional de Emergência	112
	Intoxicações	808 250 143
	GNR Setúbal	265 522 018 (Geral)
	PSP Setúbal	265 522 022 (Geral)

Declaração

Declaro que participei na Avaliação dos Riscos bem como na análise das Medidas de Prevenção, comprometendo-me a cumpri-las e a fazer cumpri-las por todos os meus colaboradores.

Data: ____ / ____ / ____

Responsável do Empreiteiro Ass.: _____

Responsável pela Segurança Ass.: _____

Responsável pela Obra Ass.: _____

FICHAS DE PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA			
		Dono de Obra	
		Descrição da Obra	
		Empreiteiro	
Data de Início dos trabalhos (prevista)		Data final dos trabalhos (prevista)	
Riscos	Medidas de Prevenção	Colocar número dos Riscos	
1- Soterramento/Afundamento (R. Esp)*	☐ Assinalar estruturas com material reflector	☐	
2-Ambiente Térmico Inadequado (Temperaturas excessivamente altas/baixas e largo período de exposição)	☐ Aumentar as pausas/rotatividade dos colaboradores	☐	
3-Choque com estruturas	☐ Colocar os recipientes sob pressão na vertical e amarrados	☐	
4-Contacto com líquidos (R. Esp)* (Subst. Tóxicas/Subst. Corrosivas)	☐ Definir caminhos de circulação	☐	
5-Cortes	☐ Delimitar (balizar) área/zona	☐	
6-Electrização/Electrocussão (R. Esp)*	☐ Disponibilizar extintor no local de trabalho	☐	
7-Exposição a Vírus/Bactérias (R. Esp)* (sangue, urina, etc)	☐ Garantir formação adequada dos trabalhadores	☐	
8-Esmagamento/Entalamento	☐ Garantir o bom estado das válvulas redutores (Recipientes sob pressão)	☐	
9-Exposição a gases e vapores (R. Esp)*	☐ Garantir o bom estado dos cabos eléctricos (sem fissuras/cortes)	☐	
10-Exposição a Radiações Ionizantes (R. Esp)* (Raio X, Raio Gama, etc)	☐ Garantir o bom estado dos dispositivos de protecção das máquinas	☐	
11-Exposição a Ruído (MaxPico>140dB(A) ou Leq> 85 dB(A))	☐ Garantir ordem e arrumação do material/trabalhos	☐	
12-Exposição a Vibrações	☐ Garantir um acondicionamento adequado do material	☐	
13-Esforços e Sobrecargas (P > 30kg - Actividades Ocasionais (P > 29 kg - Actividades Frequentes)	☐ Garantir um espaço livre entre os materiais/terras e o bordo da escavação/vala (impedir queda de materiais/terras)	☐	
14-Exposição partículas/poeiras (R. Esp)*	☐ Garantir uma adequada ventilação (min 21% de O ₂)	☐	
15-Perfuração de Membros	☐ Manter uma adequada iluminação	☐	
16-Projecção materiais/partículas	☐ Utilização de biombo de separação	☐	
17-Queda ao mesmo nível	☐ Utilização de cinta lombar	☐	
18-Queda de Objectos/Materiais	☐ Utilização de Guarda Corpos a 45cm/90cm (vãos, andaimes, aberturas de fachada, etc)	☐	
19-Iluminação inadequada (mínimo 300 lux - oficinas, armazém, etc) (mínimo de 500 lux - escritórios)	☐ Utilização de passarelas/plataformas trabalhos em altura	☐	
20-Queda em altura (h >2m) (R. Esp)*	☐ Utilização de plataformas intermédias	☐	
21-Risco de Afogamento (R. Esp)*	☐ Utilização de quadros eléctricos com disjuntores diferenciais de alta sensibilidade (30 mA)	☐	
22-Risco de Incêndio	☐ Utilização de arnês de segurança/rede de segurança	☐	
23-Utilização de explosivos (R. Esp)*	☐ Uso de Equipamentos de Protecção Individual (EPI)	☐	
Outros	☐	Outras	
	☐		
	☐		
	☐		
Equipamento de Protecção Individual Obrigatório			
Capacete de Protecção	☐ Protectores Auriculares	☐ Botas de Biqueira e Palmilha de Aço	☐
Óculos de Segurança	☐ Máscara de Protecção	☐ Luvas de Protecção	☐
Máscara de Soldadura	☐ Cinto de Trabalho	☐ Cinto e Arnês de Segurança	☐
Outros	☐		

ANEXO 3

Modelo de Listagem de Máquinas e Equipamentos de Trabalho

NOTA: Anexar cópias da seguinte documentação:
(*) Declaração CE de conformidade
(*) Termo de Responsabilidade

ANEXO 5

Modelo de Identificação de Subcontratação

[illegible]

ANEXO 6

Modelo de Comunicação de Riscos e Distribuição de Equipamento de Proteção Individual

COMUNICAÇÃO DE RISCOS E DISTRIBUIÇÃO DE EPI'S		Pag. ___ / ___
DONO DE OBRA:		
EMPREENHEIRO		
NOME DO TRABALHADOR:		
NÚMERO:		

Ref.ª	Designação do EPI	Riscos (1)	Recepção (2)	Devolução (3)
			Data: / / Ass:	Data: / / Ass:
			Data: / / Ass:	Data: / / Ass:
			Data: / / Ass:	Data: / / Ass:
			Data: / / Ass:	Data: / / Ass:
			Data: / / Ass:	Data: / / Ass:
			Data: / / Ass:	Data: / / Ass:

(1) - Indicar códigos de acordo com a tabela abaixo

(2) - Assinatura do trabalhador

(3) - Assinatura de quem recebe

É OBRIGATORIO o uso de Vestuário Reflector e/ou Coleta Reflector, Capacete de Protecção e Botas de Biqueira de Aço.

Riscos a proteger

1- Quedas em altura	11- Pancadas na cabeça
2- Quedas ao nível	12- Cortes
3- Quedas de objectos	13- Estilhaços
4- Quedas por escorregamento	14- Entalamentos
5- Objectos pontiagudos	15- Electrocussão
6- Esmagamento do pé	Outros
7- Torção do pé	16
8- Choque ao nível dos maléolos	18
9- Choque ao nível do metatarso	20
10- Choque ao nível da perna	22

Declaração

Declaro que estou ciente de todos os Riscos aos quais estou exposto, bem como que recebi os Equipamentos de Protecção Individual acima mencionados, comprometendo-me a utilizá-los correctamente de acordo com as instruções recebidas, a conservá-los e mantê-los em bom estado, e a participar todas as avarias ou deficiências de que tenha conhecimento.

Data: / / Ass:

Coordenador de Segurança em obra Ass:

Director de obra Ass:

ANEXO 7

Modelo de Declaração do Empreiteiro

DECLARAÇÃO DO EMPREITEIRO/FORNECEDOR DE SERVIÇO

O Empreiteiro/Fornecedor de Serviço declara ter tomado conhecimento e obriga-se ao cumprimento de todas as regras gerais e ainda ao cumprimento das regras específicas aplicáveis aos trabalhos que contratualmente lhe cumpram executar, de acordo com este regulamento.

____ / ____ / ____

O Empreiteiro/Fornecedor de Serviço

(A ENTREGAR AO FORNECEDOR DE SERVIÇO)

ANEXO 8

Modelo de Participação de Acidente de Trabalho

PARTICIPAÇÃO DE ACIDENTE N.º ____/____																																																																																																																																																																																																	
Data: ____/____/____																																																																																																																																																																																																	
(a preencher pelo Responsável pelo Departamento Acidentado)																																																																																																																																																																																																	
1. Informação Referente ao Acidentado																																																																																																																																																																																																	
SECIL ☐ OUTROS ☐																																																																																																																																																																																																	
N.º Nome: _____ Idade: _____ anos																																																																																																																																																																																																	
Categoria Profissional: _____ Departamento: _____																																																																																																																																																																																																	
Tempo de Serviço na Empresa _____ na Função _____ Horário de Trabalho Administrativo ☐ Fabril (normal) ☐ Turnos ☐																																																																																																																																																																																																	
2. Informação Referente ao Acidente																																																																																																																																																																																																	
Data: ____/____/____ Dia da Semana: <table border="1" style="display: inline-table; text-align: center; font-size: 0.8em;"> <tr> <td>2ª</td><td>3ª</td><td>4ª</td><td>5ª</td><td>6ª</td><td>sab</td><td>dom</td> </tr> </table>		2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	sab	dom																																																																																																																																																																																									
2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	sab	dom																																																																																																																																																																																											
Hora: h min Horas Normais ☐ Horas Extraordinárias ☐ Itinerário ☐																																																																																																																																																																																																	
Local do Acidente: _____																																																																																																																																																																																																	
Descrição do Acidente: _____ _____ _____ _____																																																																																																																																																																																																	
3. Identificação das Testemunhas																																																																																																																																																																																																	
Testemunhas: Nome: _____ N.º _____ Nome: _____ N.º _____																																																																																																																																																																																																	
Assinatura legível: _____																																																																																																																																																																																																	
(a preencher pelo Posto Médico)																																																																																																																																																																																																	
TIPO E LOCALIZAÇÃO DA LESÃO:																																																																																																																																																																																																	
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center; font-size: 0.7em;"> <tr> <th></th> <th>1</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th><th>6</th><th>7</th><th>8</th><th>9</th><th>10</th><th>11</th> </tr> <tr> <th></th> <th>Cabeça</th><th>Olhos</th><th>Pescoço</th><th>Tórax</th><th>Mãos</th><th>Membros Superiores</th><th>Pés</th><th>Membros Inferiores</th><th>Coluna</th><th>Múltiplas</th><th>Gerais</th> </tr> <tr> <td>a</td><td>Fractura</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>b</td><td>Luxação</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>c</td><td>Entorse e Distensão</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>d</td><td>Traumatismo Grave</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>e</td><td>Traumatismo Leve</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>f</td><td>Amputação e Nucleoide</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>g</td><td>Laceração e Ferimentos</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>h</td><td>Contusão e Compressão</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>i</td><td>Queimadura</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>j</td><td>Intoxicação</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>k</td><td>Asfixia</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>m</td><td>Electrocução</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>n</td><td>Corpo Estranho</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> <tr> <td>c</td><td>Outros</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td><td>☐</td> </tr> </table>			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11		Cabeça	Olhos	Pescoço	Tórax	Mãos	Membros Superiores	Pés	Membros Inferiores	Coluna	Múltiplas	Gerais	a	Fractura	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	b	Luxação	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	c	Entorse e Distensão	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	d	Traumatismo Grave	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	e	Traumatismo Leve	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	f	Amputação e Nucleoide	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	g	Laceração e Ferimentos	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	h	Contusão e Compressão	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	i	Queimadura	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	j	Intoxicação	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	k	Asfixia	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	m	Electrocução	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	n	Corpo Estranho	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	c	Outros	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11																																																																																																																																																																																						
	Cabeça	Olhos	Pescoço	Tórax	Mãos	Membros Superiores	Pés	Membros Inferiores	Coluna	Múltiplas	Gerais																																																																																																																																																																																						
a	Fractura	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
b	Luxação	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
c	Entorse e Distensão	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
d	Traumatismo Grave	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
e	Traumatismo Leve	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
f	Amputação e Nucleoide	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
g	Laceração e Ferimentos	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
h	Contusão e Compressão	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
i	Queimadura	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
j	Intoxicação	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
k	Asfixia	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
m	Electrocução	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
n	Corpo Estranho	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						
c	Outros	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐																																																																																																																																																																																						

PARTICIPAÇÃO DE ACIDENTE N.º ____/____																					
Data: ____/____/____																					
LOCAL DE TRATAMENTO: Empresa ☐ Hospital ☐ Comp. Seguros ☐																					
Teve baixa: Sim ☐ ____ dias Não ☐ Regresso próprio dia Sim ☐ Não ☐																					
CARACTERIZAÇÃO DO ACIDENTE: Sem incapacidade (SI) ☐ Com incapacidade temporária absoluta (ITA) ☐ Com incapacidade permanente (IP) ☐ Morte ☐																					
SI – Acidente de que resulta incapacidade para o trabalho por tempo inferior ao considerado para o ITA, sem incapacidade permanente. Designa-se este acidente por acidente Sem incapacidade, SI. ITA – Acidente de que resulta para a vítima incapacidade de, pelo menos, um dia completo além do dia em que ocorreu o acidente, quer se trate de dias durante os quais a vítima tenha trabalhado, quer não. Neste último caso temos o que vulgarmente se designa por acidente com baixa, ou incapacidade Temporária Absoluta, ITA. IP – Acidente de que resulta para a vítima, com carácter permanente, deficiência física ou mental ou diminuição da capacidade de trabalho																					
ANÁLISE DO ACIDENTE																					
(a preencher por FSHS)																					
<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; vertical-align: top;"> Acidentes anteriores do próprio: Nunca teve ☐ Raros ☐ Frequentes ☐ </td> <td style="width: 30%; vertical-align: top;"> Acidentes anteriores semelhantes: Sim ☐ Não ☐ </td> <td style="width: 40%; vertical-align: top;"> Data do último acidente ____/____/____ </td> </tr> </table>			Acidentes anteriores do próprio: Nunca teve ☐ Raros ☐ Frequentes ☐	Acidentes anteriores semelhantes: Sim ☐ Não ☐	Data do último acidente ____/____/____																
Acidentes anteriores do próprio: Nunca teve ☐ Raros ☐ Frequentes ☐	Acidentes anteriores semelhantes: Sim ☐ Não ☐	Data do último acidente ____/____/____																			
CAUSAS DO ACIDENTE (assinalar com ☒ as causas principais e com ☐ as secundárias)																					
MATERIAIS	Disposições de armazenagem perigosas Má arrumação do local de trabalho Condições de Higiene e Salubridade deficientes Factores de Ambiente desfavoráveis (temp, humidade, etc) Protecção individual ineficaz Ritmo inadequado Instalação Equipamento Máquina Ferramentas Escada, andaime Outras: _____	HUMANAS																			
	Conceção deficiente Protecção deficiente Inadequado(a) Defectuoso(a) Sinalização deficiente / ausente	Ignorância Negligência consciente Imprudência, distração Fadiga física Inadequação à tarefa Alteração do psiquismo Alcoolismo, Drogas Estado orgânico patológico Outras: _____																			
TIPO DE ACIDENTE (assinalar com ☒)																					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 50%;">a Queda em altura</td><td style="width: 50%;"></td></tr> <tr><td>c Projeção de materiais e partículas</td><td></td></tr> <tr><td>e Estalada no objecto ou entre objectos</td><td></td></tr> <tr><td>g Exposição, no ambiente, a temperaturas elevadas</td><td></td></tr> <tr><td>i Exposição, no contacto com substâncias nocivas</td><td></td></tr> </table>	a Queda em altura		c Projeção de materiais e partículas		e Estalada no objecto ou entre objectos		g Exposição, no ambiente, a temperaturas elevadas		i Exposição, no contacto com substâncias nocivas		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 50%;">b Queda de Objectos</td><td style="width: 50%;"></td></tr> <tr><td>d Contacto com elementos em movimento</td><td></td></tr> <tr><td>f Raslimgão de edifícios existentes</td><td></td></tr> <tr><td>h Contacto com corrente eléctrica</td><td></td></tr> <tr><td>j Exposição a radiações</td><td></td></tr> </table>	b Queda de Objectos		d Contacto com elementos em movimento		f Raslimgão de edifícios existentes		h Contacto com corrente eléctrica		j Exposição a radiações	
a Queda em altura																					
c Projeção de materiais e partículas																					
e Estalada no objecto ou entre objectos																					
g Exposição, no ambiente, a temperaturas elevadas																					
i Exposição, no contacto com substâncias nocivas																					
b Queda de Objectos																					
d Contacto com elementos em movimento																					
f Raslimgão de edifícios existentes																					
h Contacto com corrente eléctrica																					
j Exposição a radiações																					
Outros: _____																					
AÇÃO DE CORRECÇÃO (MEDIDAS TOMADAS PARA EVITAR ACIDENTES SEMELHANTES): 																					
CHEFE DIRECTA	RESPONSÁVEL DO DEPARTAMENTO	FSHS																			
(a enviar cópia para: FSHS, RHUM, Responsável do Departamento de Acidentado)																					

ANEXO 9

Modelo de Plano de Segurança e Saúde

Plano de Segurança e Saúde na fase de Projecto

Artigo 6º do DL 273/03, de 29 de Outubro

1. O plano de segurança e saúde em projecto deve ter como suporte as definições do projecto da obra e as demais condições estabelecidas para a execução da obra que sejam relevantes para o planeamento da prevenção dos riscos profissionais, nomeadamente:

- a) O tipo da edificação, o uso previsto, as opções arquitectónicas, as definições estruturais e das demais especialidades, as soluções técnicas preconizadas, os produtos e materiais a utilizar, devendo ainda incluir as peças escritas e desenhadas dos projectos, relevantes para a prevenção de riscos profissionais;
- b) As características geológicas, hidrológicas e geotécnicas do terreno, as redes técnicas aéreas ou subterrâneas, as actividades que eventualmente decorram no local ou na sua proximidade e outros elementos envolventes que possam ter implicações na execução dos trabalhos;
- c) As especificações sobre a organização e programação da execução da obra a incluir no concurso da empreitada;
- d) As especificações sobre o desenvolvimento do plano de segurança e saúde quando várias entidades executantes realizam partes da obra.

2. O plano de segurança e saúde deve concretizar os riscos evidenciados e as medidas preventivas a adoptar, tendo nomeadamente em consideração os seguintes aspectos:

- a) Os tipos de trabalho a executar;
- b) A gestão da segurança e saúde no estaleiro, especificando os domínios da responsabilidade de cada interveniente;
- c) As metodologias relativas aos processos construtivos, bem como os materiais e produtos que sejam definidos no projecto ou no caderno de encargos;
- d) Fases da obra e programação da execução dos diversos trabalhos;
- e) Riscos especiais para a segurança e saúde dos trabalhadores, referidos no artigo seguinte;
- f) Aspectos a observar na gestão e organização do estaleiro de apoio, de acordo com o anexo I. *(ver folha abaixo)*

3. A Inspeção-Geral do Trabalho pode determinar ao dono da obra a apresentação do plano de segurança e saúde em projecto.

PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

ANEXO I - Gestão e organização geral do estaleiro a incluir no plano de segurança e saúde em projecto, previstas na alínea f) do n.º 2 do artigo 6º

- 1 -Identificação das situações susceptíveis de causar risco e que não puderem ser evitadas em projecto, bem como as respectivas medidas de prevenção.
- 2 -Instalação e funcionamento de redes técnicas provisórias, nomeadamente de electricidade, gás e comunicações, infraestruturas de abastecimento de água e sistemas de evacuação de resíduos
- 3 -Delimitação, acessos, circulações horizontais e verticais e permanência de veículos e pessoas.
- 4 -Movimentação mecânica e manual de cargas.
- 5 -Instalações e equipamentos de apoio à produção.
- 6 -Informações sobre os materiais, produtos, substâncias e preparações perigosas a utilizar em obra
- 7 -Planificação das actividades que visem evitar riscos inerentes à sua sobreposição ou sucessão, no espaço e no tempo.
- 8 -Cronograma dos trabalhos a realizar em obra.
- 9 -Medidas de socorro e evacuação.
- 10 -Arrumação e limpeza do estaleiro.
- 11 -Medidas correntes de organização do estaleiro.
- 12 -Modalidades de cooperação entre a entidade executante, subempreiteiros e trabalhadores independentes.
- 13 -Difusão da informação aos diversos intervenientes, nomeadamente, empreiteiros, subempreiteiros, técnicos de segurança e higiene do trabalho, trabalhadores por conta de outrem e trabalhadores independentes.
- 14 -Instalações sociais para o pessoal empregado na obra, nomeadamente, dormitórios, balneários, vestiários, instalações sanitárias e refeitórios.

PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

Plano de Segurança e Saúde na fase de Obra

Artigo 11º do DL 273/03 de 29 de Outubro

1. A entidade executante deve desenvolver e especificar o plano de segurança e saúde em projecto de modo a complementar as medidas previstas, tendo nomeadamente em conta:

a) As definições do projecto e outros elementos resultantes do contrato com a entidade executante que sejam relevantes para a segurança e saúde dos trabalhadores durante a execução da obra;

b) As actividades simultâneas ou incompatíveis que decorram no estaleiro ou na sua proximidade;

c) Os processos e métodos construtivos, incluindo os que exijam uma planificação detalhada das medidas de segurança;

d) Os equipamentos, materiais e produtos a utilizar;

e) A programação dos trabalhos, a intervenção de subempreiteiros e trabalhadores independentes, incluindo os respectivos prazos de execução;

f) As medidas específicas respeitantes a riscos especiais;

g) O projecto de estaleiro, incluindo os acessos, as circulações, a movimentação de cargas, o armazenamento de materiais, produtos e equipamentos, as instalações fixas e demais apoios à produção, as redes técnicas provisórias, a evacuação de resíduos, a sinalização e as instalações sociais;

h) A informação e formação dos trabalhadores;

i) O sistema de emergência, incluindo as medidas de prevenção, controlo e combate a incêndios, de socorro e evacuação de trabalhadores.

2. O plano de segurança e saúde para a execução da obra deve corresponder à estrutura indicada no anexo II e ter juntos os elementos referidos no anexo III. (ver folha abaixo)

3. O subempreiteiro pode sugerir e a entidade executante pode promover soluções alternativas às previstas no plano de segurança e saúde em projecto, desde que não diminuam os níveis de segurança e sejam devidamente justificadas.

PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

ANEXO II - Estrutura do desenvolvimento do plano de segurança e saúde para a execução da obra, prevista no n.º 2 do artigo 11º

- 1 -Avaliação e hierarquização dos riscos reportados ao processo construtivo, abordado operação a operação de acordo com o cronograma, com a previsão dos riscos correspondentes a cada uma por referência à sua origem, e das adequadas técnicas de prevenção que devem ser objecto de representação gráfica sempre que se afigure necessário.
- 2 -Projecto do estaleiro e memória descritiva, contendo informações sobre sinalização, circulação, utilização e controlo dos equipamentos, movimentação de cargas, apoios à produção, redes técnicas, recolha e evacuação dos resíduos, armazenagem e controlo de acesso ao estaleiro.
- 3 -Requisitos de segurança e saúde segundo os quais devem decorrer os trabalhos.
- 4 -Cronograma detalhado dos trabalhos.
- 5 -Condicionantes à selecção de subempreiteiros, trabalhadores independentes, fornecedores de materiais e equipamentos de trabalho.
- 6 -Directrizes da entidade executante relativamente aos subempreiteiros e trabalhadores independentes com actividade no estaleiro, em matéria de prevenção de riscos profissionais.
- 7 -Meios para assegurar a cooperação entre os vários intervenientes na obra, tendo presentes os requisitos de segurança e saúde estabelecidos.
- 8 -Sistema de gestão de informação e comunicação entre todos os intervenientes no estaleiro, em matéria de prevenção de riscos profissionais.
- 9 -Sistemas de informação e de formação de todos os trabalhadores presentes no estaleiro, em matéria de prevenção de riscos profissionais.
- 10 -Procedimentos de emergência, incluindo medidas de socorro e evacuação.
- 11 -Sistema de comunicação da ocorrência de acidentes e incidentes no estaleiro.
- 12 -Sistema de transmissão de informação ao coordenador de segurança em obra para a elaboração da compilação técnica da obra.
- 13 -Instalações sociais para o pessoal empregado na obra, de acordo com as exigências legais, nomeadamente dormitórios, balneários, vestiários, instalações sanitárias e refeitórios.

PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE

ANEXO III - Elementos a juntar ao desenvolvimento do plano de segurança e saúde para a execução da obra, de acordo com o n.º 2 do artigo 11º

1 -Peças de projecto com relevância para a prevenção de riscos profissionais.

2 -Pormenor e especificação relativos a trabalhos que apresentem riscos especiais.

3 -Organograma do estaleiro com definição de funções, tarefas e responsabilidades.

4 -Registo das actividades inerentes à prevenção de riscos profissionais, tais como fichas de controlo de equipamentos e instalações, modelos de relatórios de avaliação das condições de segurança no estaleiro, fichas de inquérito de acidentes de trabalho e notificação de subempreiteiros e de trabalhadores independentes.

5 -Registo das actividades de coordenação, de que constem:

a) As actividades do coordenador de segurança em obra, no que respeita a:

i. Promover e verificar o cumprimento do plano de segurança e saúde por parte da entidade executante, dos subempreiteiros e dos trabalhadores independentes que intervêm no estaleiro;

ii. Coordenar as actividades da entidade executante, dos subempreiteiros e dos trabalhadores independentes, tendo em vista a prevenção dos riscos profissionais;

iii. Promover a divulgação recíproca entre todos os intervenientes no estaleiro de informações sobre riscos profissionais e a sua prevenção.

b) As actividades da entidade executante no que respeita a:

i. Promover e verificar o cumprimento do plano de segurança e saúde, bem como das obrigações dos empregadores e dos trabalhadores independentes;

ii. Assegurar que os subempreiteiros cumpram, na qualidade de empregadores, as obrigações previstas no artigo 22º;

iii. Assegurar que os trabalhadores independentes cumpram as obrigações previstas no artigo 23º;

iv. Reuniões entre os intervenientes no estaleiro sobre a prevenção de riscos profissionais, com indicação de datas, participantes e assuntos tratados.

c) As auditorias de avaliação de riscos profissionais efectuadas no estaleiro, com indicação das datas, de quem as efectuou, dos trabalhos sobre que incidiram, dos riscos identificados e das medidas de prevenção preconizadas.