

CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS
SEGURANÇA,
HIGIENE E SAÚDE
NO TRABALHO
I CICLO DE SAÚDE
MENTAL

Trabalhos em Altura : que cuidados e garantias em matéria de SST?



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

Conteúdos Programáticos

1. Trabalhos em Altura
2. Riscos associados
3. Condicionantes
4. Legislação aplicável
5. Os 5 Mandamentos
6. Tipo de Equipamentos
7. Sistemas de Trabalho
8. Importância do Resgate



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

1. Trabalhos em Altura

a) **OSHA 3146**

Trabalho realizado acima ou abaixo
de 6 pés (1,86m)

b) **Empregadores**

Obrigações de proteger todos os
técnicos contra Quedas em Altura



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

2. Riscos Associados

a) Principais

Queda em altura, queda de materiais e queda por escorregadelas

b) Secundários

Exposição a radiações, variações de temperatura e proximidade ou contactos eléctricos



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

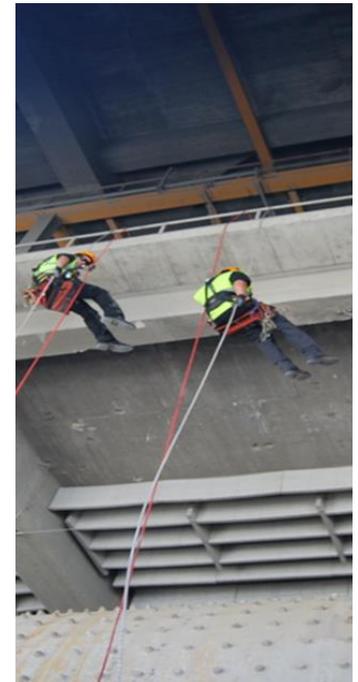
3. Condicionantes

a) **Pessoais**

Desequilíbrio, doenças cardíacas,
doenças psíquicas, problemas visuais,
problemas auditivos e claustrofobia

b) **Climáticos**

Trovoada, vento, temperaturas
extremas e precipitação



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

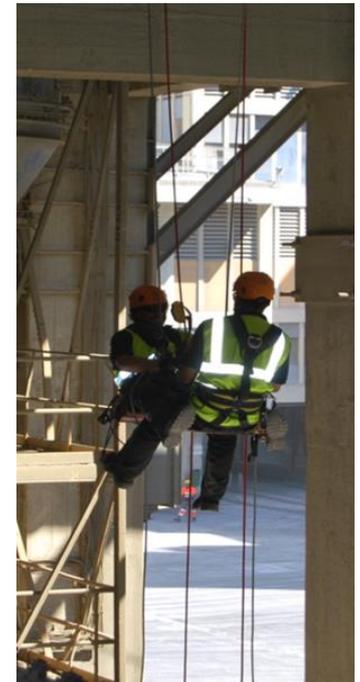
4. Legislação Aplicável

a) **Lei 103/2014**

Regula o regime jurídico da promoção e prevenção da SST dos trabalhadores

b) **Decreto Lei 50/2005**

Regula as prescrições mínimas da SST dos trabalhadores para a utilização de equipamentos de trabalho



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

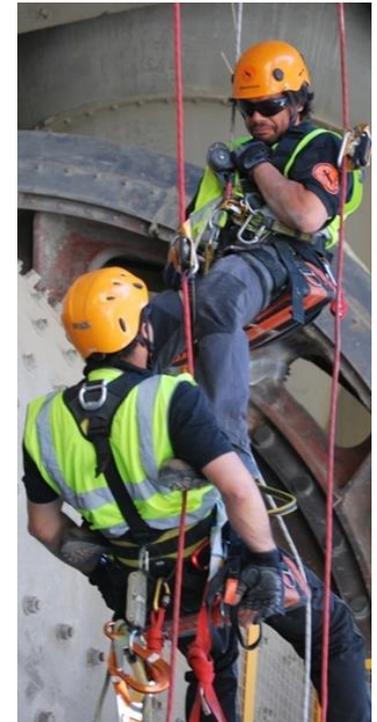
AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

5. Os 5 Mandamentos

- a) Identificação Perigos e Avaliação de Riscos
- b) Adopção de Medidas Preventivas
- c) Selecção de Equipamentos Normalizados e Inspeccionados
- d) Formação e Certificação adequada de Técnicos
- e) Selecção de Equipamentos e implementação de um Plano de Resgate



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

6. Tipo de Equipamentos

a) Equipamentos de Protecção Colectiva

Andaimes, Plataformas Elevatórias, Redes de Segurança, Guarda Corpos, Escadas, Linhas de Vida, Pontos de Ancoragem e Kits de Resgate

b) Equipamentos de Protecção Individual

Arnezes, Cordas, Mosquetões, Cintas e Cabos de Amarração, Ascensores, Descensores, Bloqueadores, Roldanas, Capacetes e Luvas



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

7. Sistemas de Trabalho

a) Sistema Restritivo

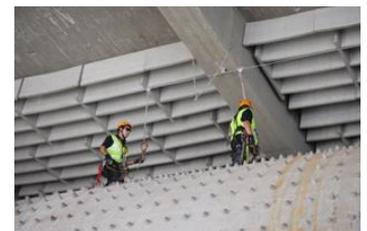
Ancoragem com tensão, com posicionamento e área de trabalho não regulável

b) Sistema de Posicionamento

Ancoragem com tensão, com posicionamento e área de trabalho regulável

c) Sistema Anti-Queda

Ancoragem sem tensão, sem posicionamento, área de trabalho regulável e com travamento Anti-Queda



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

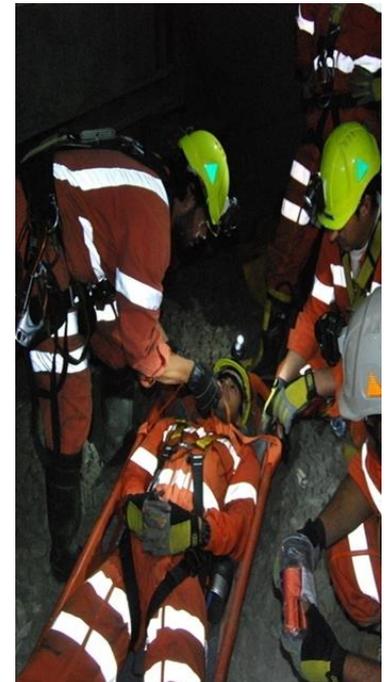
AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

8. Importância do Resgate

- a) Trauma da Suspensão
- b) Suspensão prolongada e
acumulação de Sangue nas Pernas
- c) Após 15 minutos existe diminuição
de sangue no cérebro e no coração
- d) Após o Resgate sentar a vítima com
as pernas flectidas
- e) Conhecimento de 1.ºs Socorros, do plano PAS
e das acções de Suporte Básico de Vida
- f) Rapidez, Eficácia e Segurança



CASCAIS

Tudo começa nas pessoas

AUDITÓRIO MARIA
BARROSO DA CASA DAS
HISTÓRIAS PAULA REGO
1 JUNHO 2016 | 08h30
QUARTA-FEIRA

IV JORNADAS SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO I CICLO DE SAÚDE MENTAL

Trabalhos em Altura: que cuidados e garantias em matéria de SST?

CONHECIMENTO, COMPETÊNCIA E ATITUDE!

OBRIGADO!



www.jorgelozano.pt

jorge.lozano@jorgelozano.pt

Tlm: 934.273.151

