

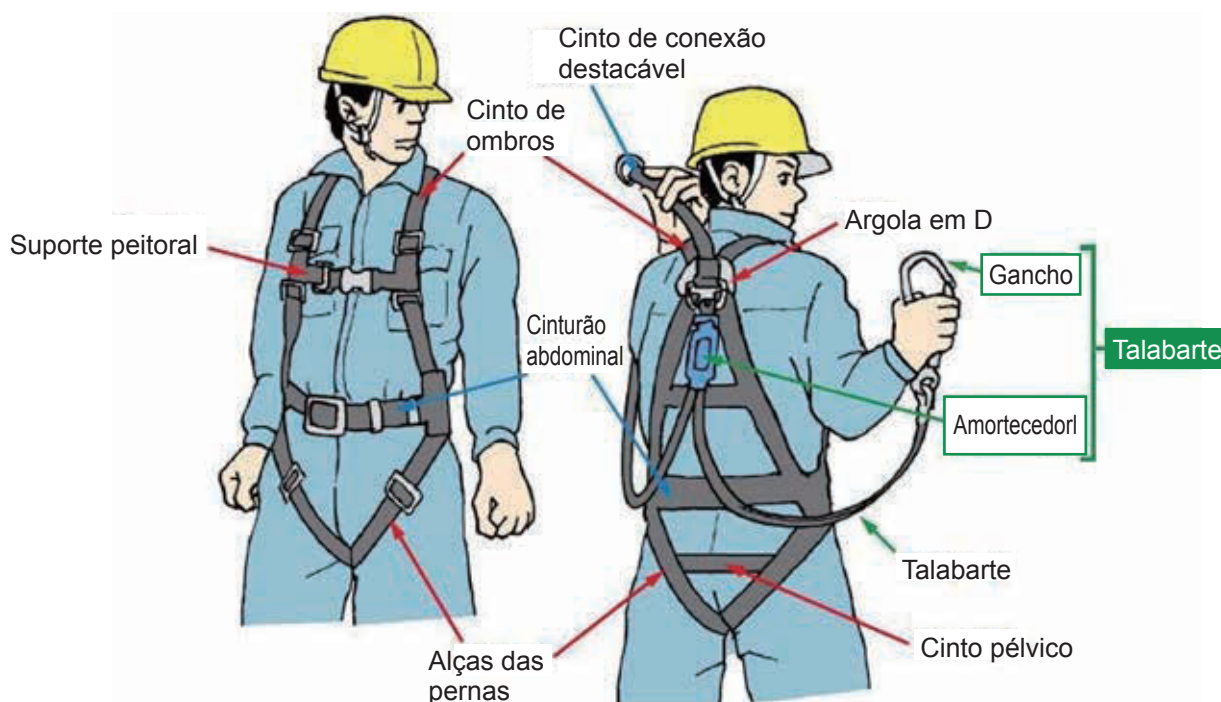
"Serviços de telecomunicações"

Pontos essenciais de Segurança e Saúde

Trabalho em altura e trabalho com máquinas pesadas

(1) Uso do equipamento de proteção individual contra quedas (arnês de segurança)

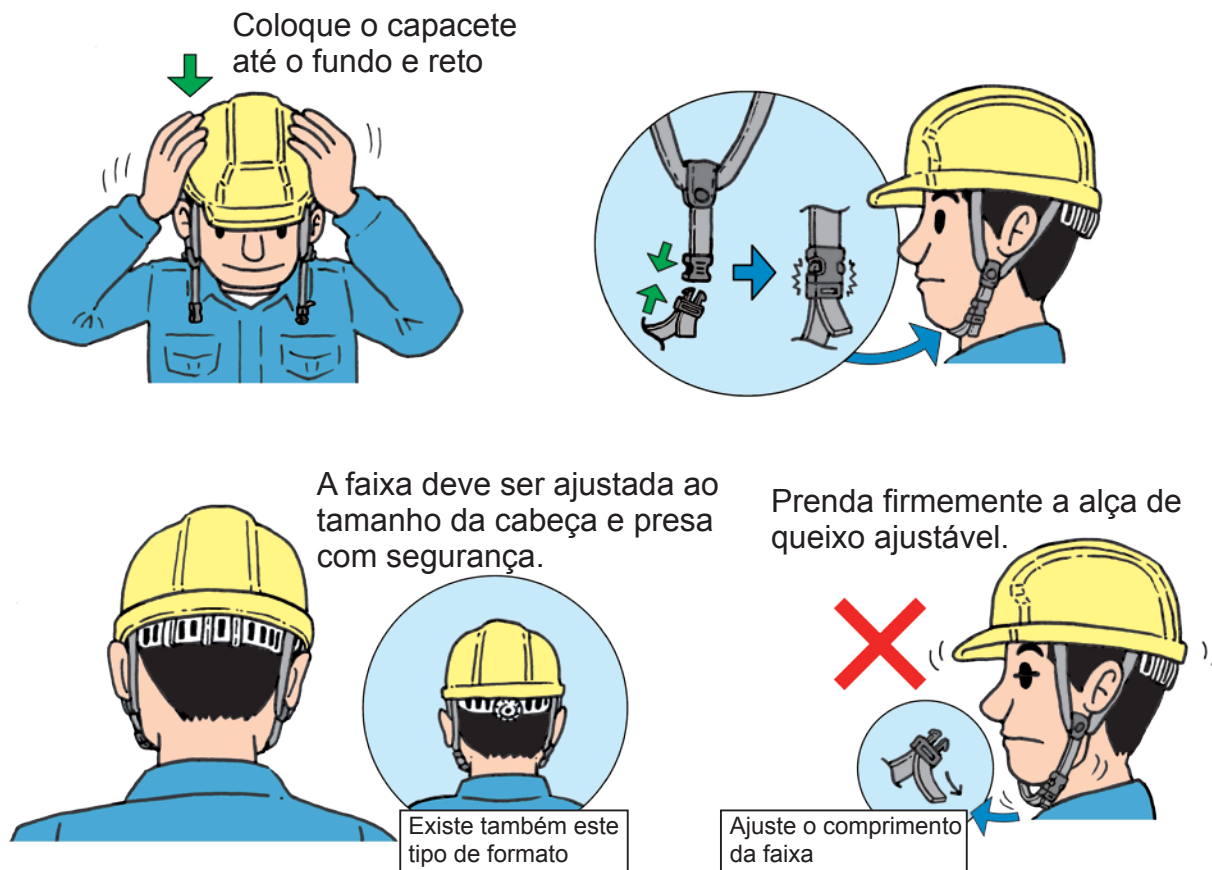
Em princípio, use o equipamento de proteção individual contra quedas (arnês de segurança) do tipo "Arnês Completo".



<Treinamento especial>

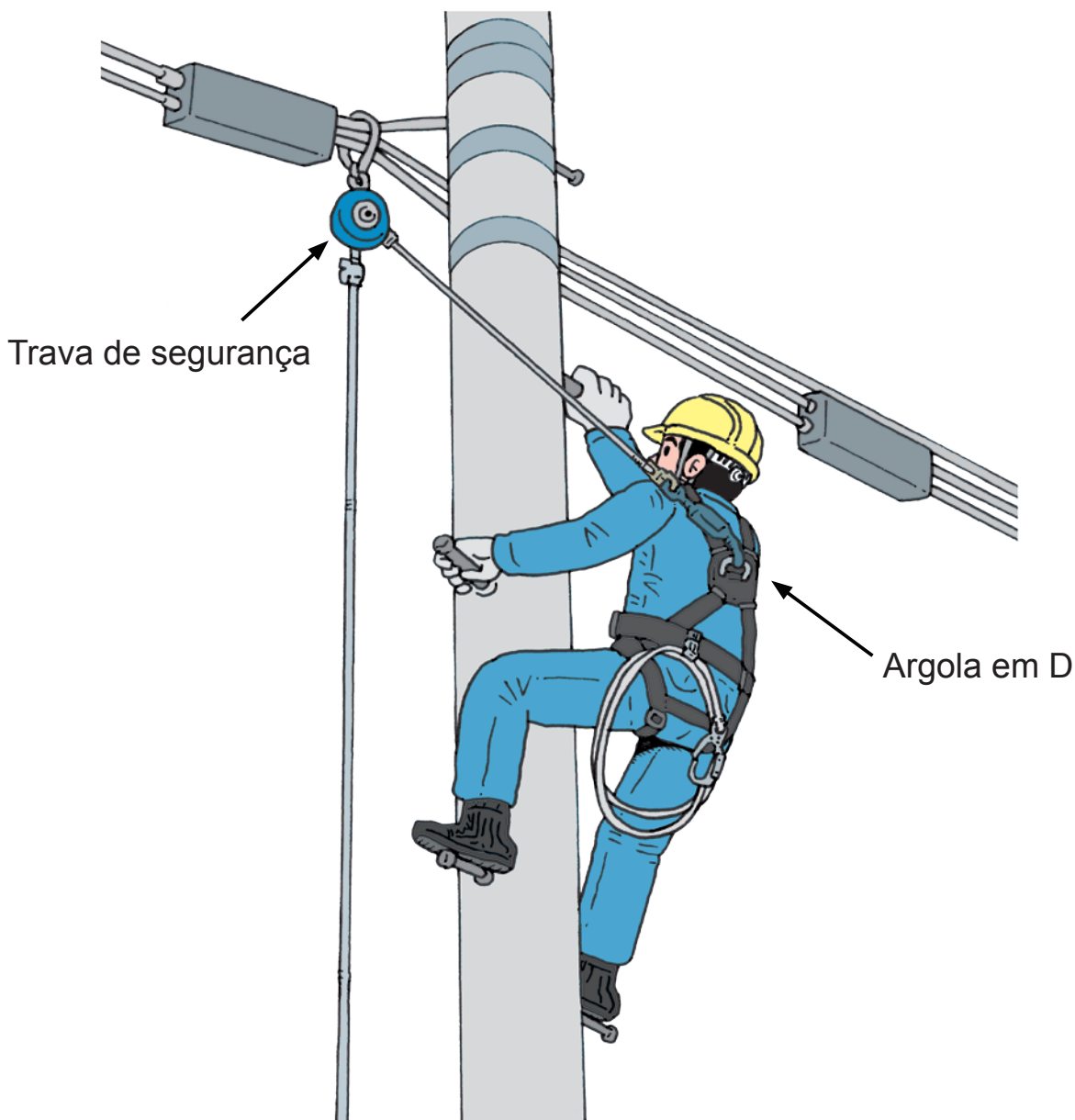
Aqueles que precisam trabalhar em altura igual ou superior a 2m, em um local onde é difícil de providenciar uma plataforma de trabalho, necessitando com isso, o uso de cinto de segurança arnês completo (exclui o trabalho em altura com corda) será necessário receber treinamentos especiais (4,5 horas de curso e 1,5 hora de prática).

(2) Uso do capacete de segurança



1. Para trabalhos em altura, use capacete de segurança (com forro de absorção de choque de isopor dentro do capacete) para proteger-se contra quedas.
2. Para usar o capacete de segurança, ajuste o comprimento da faixa com a alça traseira de ajuste e prenda firmemente a alça de queixo ajustável para evitar que o capacete fique balançando durante o trabalho.

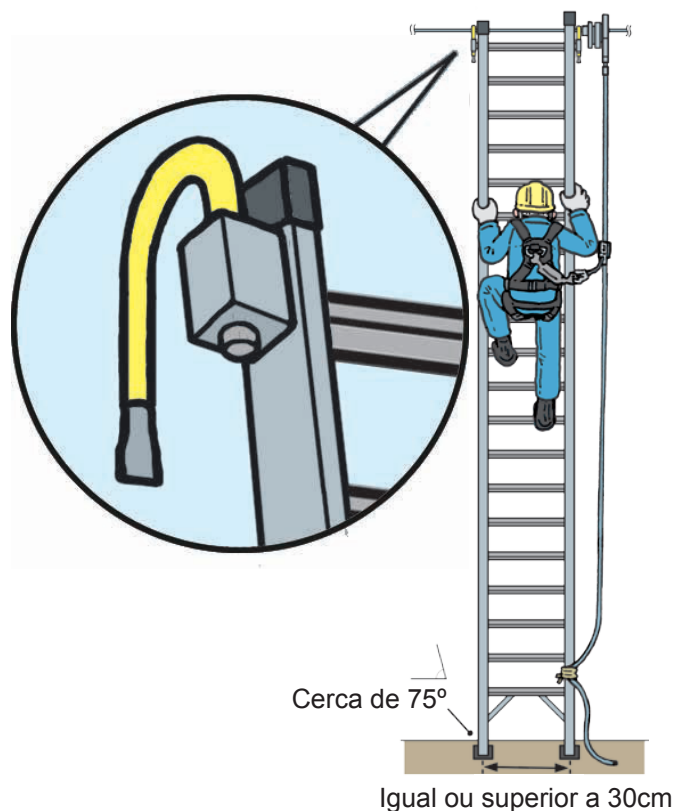
(3) Trabalho em postes



Pontos a cumprir

1. Jamais trabalhar sem a corda de segurança.
2. Usar um dispositivo de segurança anti-queda, como trava de segurança.
3. Ao engatar a trava de segurança na argola em D, realizar as verificações com som, olhos, apontando e falando o nome das partes.

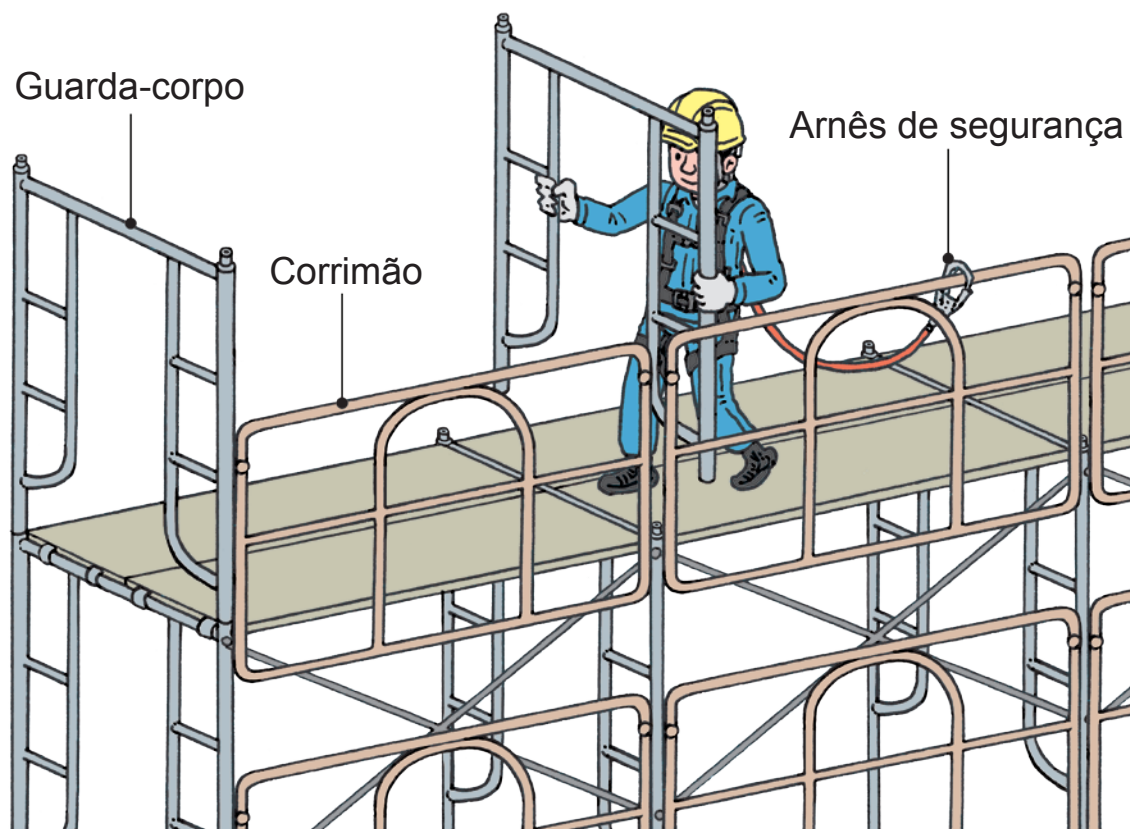
(4) Trabalho com escada de mão



Pontos a cumprir

1. Instalar um equipamento de elevação seguro quando ultrapassar 1,5 m de altura e profundidade.
2. Usar dispositivos de prevenção de queda, como uma corda principal, quando tiver o risco de despenhar.
3. Instalar a escada de mão em um local estável.
4. O topo da escada deve sobressair 60cm ou mais.
5. Usar uma escada de mão que tenha uma largura igual ou superior a 30cm com degraus em intervalos iguais e antiderrapantes na parte inferior das pernas.
6. O ângulo de instalação deve ser de cerca de 75°.
7. A escada de mão deve ser amparada por outros trabalhadores.
8. Na escada de mão, não executar operações que gera um impulso de retorno.
9. Não subir e descer com um objeto na mão.

(5) Trabalho no andaime



Pontos a cumprir

1. Instalar uma passarela entre o andaime e a construção.
2. Não colocar nenhum material no andaime.
3. Instalar batentes de fim de curso.
4. Instalar uma rede vertical.
5. A capacidade de carga deve ser igual ou inferior a 400kg por vão.
6. A plataforma de trabalho deve ter pelo menos 40cm e a folga igual ou inferior a 3cm.
7. O vão entre a plataforma e o pilar vertical deve ter uma largura inferior a 12cm.
8. No andaime, usar o equipamento de proteção individual contra quedas (arnês de segurança).

(6) Montagem de poste: requer a qualificação de operação de guindaste

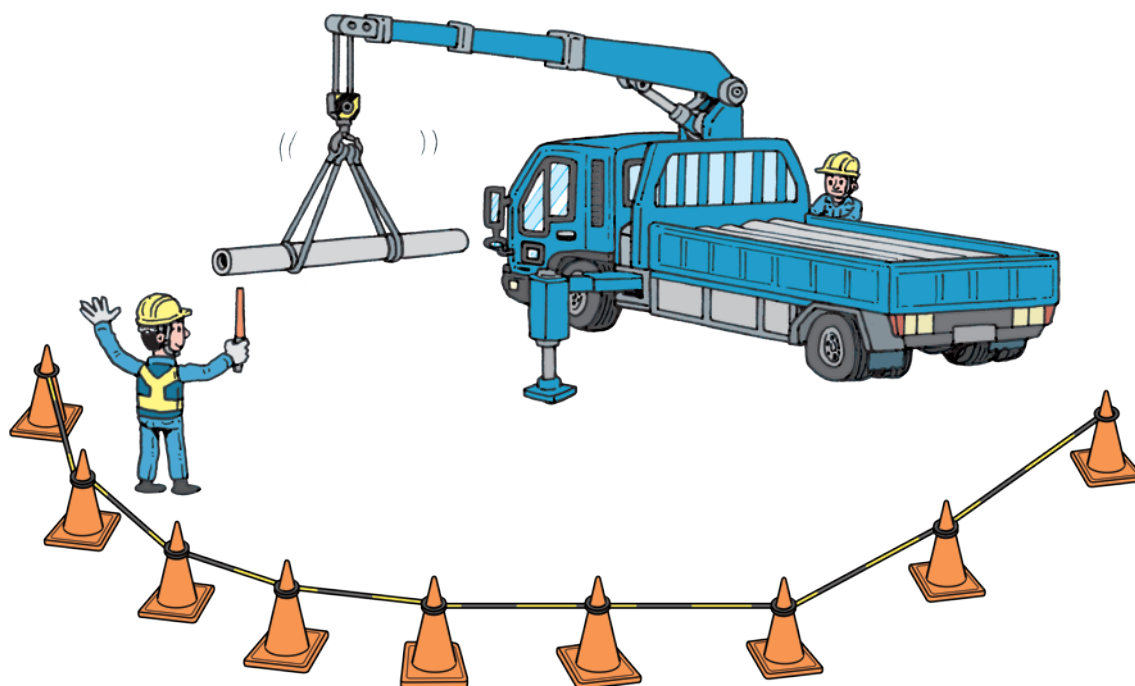
Para operar a máquina perfuratriz hidráulica para montagem de poste, é necessária a qualificação de "Operação de veículos de construção" e de "Operação de guindaste móvel". Além disso, é necessária a qualificação para "Manusear eslingas".

Conteúdo da obra	Peso da máquina	Qualificações requeridas
Operações de veículos de construção	Veículo de construção igual ou superior a 3t (exclui máquina de compactação e caminhão bomba de concreto)	Curso técnico relacionado a "Operações de veículos de construção"
	Máquina de compactação, caminhão bomba de concreto e veículo de construção igual ou superior a 3t	Treinamento especial relacionado a "Operações de veículos de construção"

Conteúdo da obra	Capacidade de elevação de carga	Qualificações requeridas
Operação de guindaste móvel	Capacidade de elevação de carga igual ou superior a 5t	Licença de operador de guindaste móvel
	Elevação de carga igual ou superior a 1t e inferior a 5t	Curso técnico de "Operação de guindaste móvel pequeno"
Manuseio de eslingas	Elevação de carga igual ou superior a 1t	Curso técnico de "Manuseio de eslingas"
	Capacidade de elevação de carga igual ou superior a 0,5t e inferior a 1t	Treinamento especial relacionado ao "Manuseio de eslingas"

* A "capacidade de elevação de carga" não é o peso da carga a ser levantada, mas sim refere-se à carga de elevação do guindaste móvel.

(7) Descarregamento de objetos pesados



Pontos a cumprir

1. Estabelecer a faixa operacional como área restrita.
2. Assim que a carga afastar da superfície do solo, parar por um momento para verificar a situação.
3. Não é permitido passar ou ficar sob a carga suspensa.
4. Não é permitido subir na extensão da lança.

(8) Conhecimento básico sobre condução segura

1. Usar capacete e equipamentos de segurança e vestir-se apropriadamente para operar.
2. O operador deve portar consigo o certificado apropriado.
3. Antes de iniciar a operação, certificar-se de realizar as inspeções pré-operacionais estabelecidas, como freios e embreagens, para assegurar que não há nenhuma anormalidade.
4. Não é permitido que outra pessoa, além do motorista, fique no assento do motorista ou em outros espaços.
5. Ao subir na carroceria, usar a escada embutida e o corrimão.
6. Manter a carroceria sempre limpa e não operar as alavancas com as mãos sujas de óleo.

7. O motorista não deve deixar o seu assento com o motor ligado.

8. Após a suspensão ou a conclusão do trabalho realizar os seguintes processos: abaixar até o solo todas as ferramentas de trabalho levantadas, desengatar a embreagem, certificar-se de ativar os freios e desligar o motor, retirar a chave e guardá-la no local designado.

