

PREVENÇÃO CONTRA QUEDAS

Quedas e objectos em queda podem resultar de superfícies de trabalho instáveis, escadas que não estão posicionadas de forma segura e mau uso de barreiras de protecção. Trabalhadores também estão sujeitos a quedas ou ao perigo de objectos em queda se as laterais, buracos no chão e aberturas em paredes não estiverem protegidos. Sempre que um trabalhador estiver a uma altura de 1,80 m ou mais (indústria da construção) ou 1,20 m ou mais (indústrias em geral), deve estar protegido.



Protecção contra quedas

Informações sobre protecção contra quedas devem ser dadas a todos os trabalhadores que exercerem funções numa superfície de trabalho com um lado desprotegido e a uma altura exigida pela norma da OSHA aplicável ao seu ambiente de trabalho.

Exige-se do empregador:

- ▶ Desenvolver, implementar e executar um programa sobre protecção de quedas
- ▶ Dar formação sobre protecção de quedas
- ▶ Avaliar o programa regularmente para assegurar a sua efectividade e determinar se é necessário alterá-lo ou actualizá-lo

Exige-se dos trabalhadores a avaliação do local de trabalho de forma a determinar se as superfícies de trabalho são estáveis estruturalmente para os suportar de forma segura. Uma vez que os trabalhadores tenham determinado que a superfície é segura para trabalhar, devem escolher uma das opções mencionadas em baixo caso exista perigo de queda.

- ▶ Onde a protecção é exigida, escolha os sistemas de protecção de queda apropriados para as situações apresentadas
- ▶ Utilize a construção e instalação adequadas de sistemas de segurança
- ▶ Supervisione os trabalhadores adequadamente
- ▶ Forme os trabalhadores para que escolham e usem adequadamente os sistemas de protecção de queda



Laterais desprotegidas, aberturas em paredes e buracos no chão

Quase todas as obras têm laterais desprotegidas, aberturas em paredes ou buracos no chão em algum local durante a construção. Se essas laterais e aberturas não forem protegidas, quedas de pessoas ou objectos podem ocorrer, causando desde torções e contusões até a morte.

Sempre que trabalhadores forem expostos a possíveis quedas de 1,80 m ou mais devem ter as seguintes barreiras:

- ▶ Sistemas de parapeito
- ▶ Sistemas de rede de segurança
- ▶ Sistemas de interrupção de queda
- ▶ Cobertura ou protecção de buracos / aberturas logo que são abertos
- ▶ As coberturas de buracos no chão devem ser capazes de suportar duas vezes o peso dos trabalhadores, equipamentos e materiais
- ▶ Em geral, é melhor usar sistemas de prevenção de quedas, como parapeitos, do que sistemas de protecção de quedas, como redes de segurança ou dispositivos de interrupção de queda



Escadas

Existe risco de queda caso as escadas portáteis não estejam posicionadas de forma segura sempre que forem utilizadas. Enquanto estiver em cima de uma escada, esta pode mover-se ou escorregar dos seus apoios. O trabalhador pode igualmente perder o equilíbrio enquanto sobe ou desce de uma escada em desequilíbrio. Quedas de escadas podem causar lesões desde torções até a morte.

- ▶ Posicione escadas portáteis de forma a que os painéis laterais fiquem pelo menos a 90 cm acima da elevação
- ▶ Apoie os painéis laterais no topo de um apoio rígido e use um dispositivo de gancho quando extensões de 90 cm não forem possíveis
- ▶ Certifique-se de que o peso da escada não o faça escorregar do seu apoio
- ▶ Antes de cada uso, inspeccione as escadas para verificar se há partes rachadas, quebradas ou defeituosas
- ▶ Não aplique mais peso na escada do que o projectado para esta suportar
- ▶ Use somente escadas que atendam às normas da OSHA

PENSE DE FORMA SEGURA!

