



# AS REGRAS DE URO

A SEGURANÇA NO POSTO DE TRABALHO NA ECOSLOPS

# AS REGRAS DE OURO

A SEGURANÇA NO POSTO DE TRABALHO NA ECOSLOPS



A Ecoslops atribui grande importância à Saúde e à Segurança dos seus colaboradores e de todos intervenientes nas suas operações. Estas Regras de Ouro definem, para o conjunto das entidades do grupo, as regras comuns relativas ao controlo de riscos e à prevenção de acidentes.

Em conjunto, apliquemos estas regras e desenvolvamos a nossa cultura de segurança visando, sempre, uma prevenção mais eficaz.

Vincent Favier  
Presidente Executivo Ecoslops

Estas regras de ouro destinam-se a prevenir os acidentes de trabalho e a proteger a vida. Qualquer pessoa que infrinja de maneira flagrante uma regra de segurança formulada como uma proibição ou uma obrigação, ou que se recuse a cumprir uma intimação em caso de perigo imediato, será imediatamente afastada da tarefa em curso e alvo de medidas disciplinares. Em caso de incumprimento, e em particular se uma das Regras de Ouro não for respeitada, todos devem reagir. Esta vigilância partilhada permite desenvolver conjuntamente a nossa cultura de segurança.



SITUAÇÕES DE RISCO  
E MODIFICAÇÕES  
DE PROCEDIMENTOS

p.4



CIRCULAÇÃO

p.6



EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO

p.8



GESTOS, POSTURAS,  
FERRAMENTAS

p.10



AUTORIZAÇÃO DE TRABALHO

p.12



OPERAÇÕES DE ELEVAÇÃO

p.14



SISTEMAS ALIMENTADOS  
POR UMA FONTE DE ENERGIA

p.16



ESPAÇOS CONFINADOS

p.18



TRABALHOS DE ESCAVAÇÃO

p.20



TRABALHO EM ALTURA

p.22



## REGRA N°1

SITUAÇÕES DE RISCO E  
MODIFICAÇÕES DE PROCEDIMENTOS

**ASSINALO QUALQUER  
SITUAÇÃO ANORMAL**

**PEÇO UMA  
AUTORIZAÇÃO  
PARA QUALQUER  
MODIFICAÇÃO DE  
PROCEDIMENTO**

### É PROIBIDO

Fumar ou telefonar fora das áreas autorizadas;

Trabalhar ou conduzir sob a influência de drogas ou de álcool;

Fazer alterações técnicas ou organizacionais sem autorização prévia.

### É OBRIGATÓRIO

Informar todo o pessoal envolvido acerca de qualquer situação perigosa;

Cumprir os procedimentos de paragem e arranque;

Analisar sempre os riscos antes de efectuar qualquer operação;

Atualizar a documentação de trabalho e a formação do pessoal associadas a quaisquer modificações técnicas ou organizacionais.



## REGRA N°2

CIRCULAÇÃO  
DE MÁQUINAS  
VEÍCULOS  
CICLISTA - PEÃO

**RESPEITO  
O CÓDIGO  
DA ESTRADA  
E OS MAPAS DE  
CIRCULAÇÃO  
EM TODOS  
OS LOCAIS**

### É PROIBIDO

Exceder os limites de velocidade.

### É OBRIGATÓRIO

Verificar o estado dos veículos e a conformidade das máquinas antes de as utilizar;

Usar o cinto de segurança;

Dar SEMPRE prioridade aos peões.



## REGRA Nº 3

EQUIPAMENTOS  
DE PROTEÇÃO

**LEVO OS MEUS  
EQUIPAMENTOS  
DE PROTEÇÃO  
INDIVIDUAL  
E  
RESPEITO  
OS EQUIPAMENTOS  
DE PROTEÇÃO  
COLETIVA**

### É PROIBIDO

Atravessar ou modificar uma barreira de proteção ou um balizamento sem autorização;

Modificar um equipamento de proteção coletiva (EPC) sem autorização.

### É OBRIGATÓRIO

Usar os equipamentos de proteção individual (EPI) definidos para a área e a tarefa, e verificar o bom estado dos mesmos;

Notificar imediatamente qualquer dano ou mau funcionamento dos EPCs e EPIs.



## REGRA N°4

GESTOS, POSTURAS,  
FERRAMENTAS

**UTILIZO**  
**FERRAMENTAS**  
**ADEQUADAS**  
**E EM BOM ESTADO**

**A D O T O**  
**GESTOS E POSTURAS**  
**CORRETAS**

### É PROIBIDO

Utilizar uma ferramenta defeituosa ou inadequada para a tarefa ou área de utilização;

Utilizar uma ferramenta, incluindo acessórios de teste, fora dos limites estabelecidos pelo fabricante.

### É OBRIGATÓRIO

Utilizar as ferramentas previstas na Autorização de Trabalho ou nos procedimentos.

E adaptar os gestos e posturas de trabalho consoante os esforços e o carácter repetitivo dos mesmos.



## REGRA N°5

AUTORIZAÇÃO DE TRABALHO

**CERTIFICO-ME DE  
QUE O TRABALHO  
NÃO INICIA SEM UMA  
AUTORIZAÇÃO  
DEVIDAMENTE  
VALIDADA**

### É PROIBIDO

Executar trabalhos sem a validação da Autorização requerida;

Realizar operações, trabalhos ou actividades simultâneas sem uma verificação prévia.

### É OBRIGATÓRIO

Avaliar os riscos antes de realizar uma intervenção;

Utilizar as autorizações complementares que forem necessárias para trabalhos de risco acrescido;

Estabelecer uma nova autorização se as condições ou o procedimento operacional forem alterados;

E nomear um colaborador com autoridade em caso de atividade conexas.



## REGRA N°6

OPERAÇÕES DE ELEVAÇÃO

**NÃO PASSO  
DEBAIXO DE UMA  
CARGA**

**ENÃO ME COLOCO  
NO CAMINHO  
DE UMA CARGA  
EM MOVIMENTO**

### É PROIBIDO

Passar ou permanecer debaixo de uma carga.

### É OBRIGATÓRIO

Realizar uma análise de riscos;

Cumprir o plano de elevação;

Balizar a área;

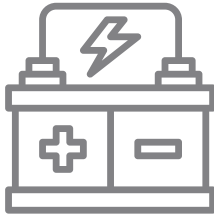
Utilizar equipamentos e acessórios de elevação conformes, controlados e em bom estado;

Verificar se a lingagem da carga é adequada;

Designar um supervisor de manobra;

E monitorizar a carga em movimento.





## REGRA N°7

SISTEMAS COM PRESENÇA  
DE ENERGIA  
(ELECTRICIDADE, PRESSÃO, TEMPERATURA)

**ANTES DE INICIAR  
QUALQUER TRABALHO  
EM EQUIPAMENTOS  
NORMALMENTE  
ENERGIZADOS OU COM  
FLUIDOS NO INTERIOR,  
ASSEGURO-ME  
QUE OS EQUIPA-  
MENTOS ESTÃO  
CONSIGNADOS**

### É PROIBIDO

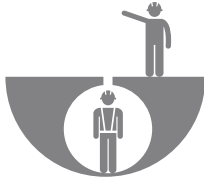
Realizar intervenções sem um controlo prévio da ausência de energia e fluidos (salvo autorização específica);

Remover, modificar ou desativar um equipamento de segurança sem autorização escrita.

### É OBRIGATÓRIO

Respeitar o plano de isolamento e as instruções de supervisão especificadas na autorização de trabalho;

Verificar que os isolamentos são identificados e bloqueados antes da intervenção e removidos antes da entrada em funcionamento.



## REGRA N°8

ESPAÇOS CONFINADOS

**NÃO ENTRO NUM  
E S P A Ç O  
CONFINADO  
SEM  
AUTORIZAÇÃO**

### É PROIBIDO

Entrar num espaço confinado sem verificação prévia dos isolamentos e sem controlo da atmosfera.

### É OBRIGATÓRIO

Ter em conta os riscos de asfixia, queda, deflagração, esmagamento, afogamento, etc. na autorização específica de trabalho;

Ter um vigia permanente e prever um plano de evacuação.



## REGRA Nº 9

TRABALHOS DE ESCAVAÇÃO

CERTIFICO-ME DE QUE  
**UM TRABALHO  
DE ESCAVAÇÃO  
NÃO INICIA  
SEM A  
RESPECTIVA  
AUTORIZAÇÃO**

### É PROIBIDO

Iniciar escavações sem a autorização de trabalho e o respectivo anexo de Escavações.

### É OBRIGATÓRIO

Realizar os trabalhos de escavação com uma autorização elaborada a partir do mapa do subsolo ou realizar uma deteção de redes para identificar a existência de estruturas subterrâneas;

Aplicar as precauções requeridas em espaços confinados, se necessário;

Delimitar com balizas sólidas a área de escavação.



## REGRA Nº 10

TRABALHO EM ALTURA  
(>1,50m)

**UTILIZO UM ARNÊS  
PARA OS TRABALHOS  
EM ALTURA  
NA AUSÊNCIA DE  
EQUIPAMENTOS DE  
PROTEÇÃO  
COLETIVA**

**E SUBO A UM ANDAIME  
APENAS SE O ACESSO  
AO MESMO FOR  
AUTORIZADO**

### É PROIBIDO

Utilizar uma escada, um escadote ou uma rampa de acesso como posto de trabalho;

Trabalhar debaixo de ou perto de linhas elétricas sem manter uma distância de segurança;

Trabalhar num telhado (edifício, reservatórios, etc.) sem verificar a sua resistência e sem instalar as proteções adequadas;

Operar uma plataforma elevatória móvel de pessoal (PEMP) na posição implantada sem autorização específica.

### É OBRIGATÓRIO

Quando se trabalha em altura, ter as ferramentas guardadas em locais próprios;

Suspender um arnês de segurança num ponto de ancoragem reconhecido;

Utilizar um andaime verificado e aprovado;

E utilizar o francalete do capacete.



**Ecoslops**  
[www.ecoslops.com](http://www.ecoslops.com)