



Guia Técnico

Segurança e Higiene no Trabalho

Volume XIV – Protecção Individual

um *Guia Técnico* de **O Portal da Construção**

www.oportaldaconstrucao.com

Novembro de 2008

O Portal da Construção
Impasse à Rua General Taborda,
11 A, 1070-138 Lisboa
Tel: 213 822 110 Fax:213 822 128
info@oportaldaconstrucao.com

Copyright O Portal da Construção, todos os direitos reservados.
Este Guia Técnico não pode ser reproduzido ou distribuído sem a expressa autorização de **O Portal da Construção**.

1. Introdução	3
2. EPI´s – noções essenciais	4
3. EPI´s – selecção e formação	6
4. Principais tipos de EPI´s	7
Sobre os autores deste Guia Técnico ..	12

Índice



1.Introdução

Ao longo dos volumes anteriores deste Guia, temos nos debruçados, amiúde, e sempre que necessário, sobre os Equipamentos de Protecção Individual.

Agora, e ao longo das páginas deste volume, iremos falar sobre estas ferramentas, tão indispensáveis à Segurança no Trabalho, de uma forma mais global e atenta.

O Decreto-Lei 441/91 indica-nos as prioridades da protecção colectiva sobre as medidas de protecção individual.

Essas medidas são de carácter:

- **Construtivo.**

Consistem em:

- eliminar o risco na origem;
- envolver o risco, isolando-o.

- **Organizativo.**

Consistem em afastar o homem da exposição ao risco.

- **Individual.**

Consistem na envolvência singular de cada trabalhador.

Acompanhe-nos nas páginas seguintes para aprofundarmos juntos este tema.



2. EPI's – noções essenciais

Um Equipamento de Protecção Individual (EPI) pode ser definido como qualquer equipamento utilizado com a finalidade de proteger o trabalhador contra um ou mais riscos susceptíveis de ameaçar a sua segurança ou saúde no trabalho.

Um EPI deve ser concebido e executado em conformidade com as disposições regulamentares em vigor, sendo que a entidade patronal é obrigada a fornecer gratuitamente aos trabalhadores EPI's em bom estado e devidamente certificados.

Do mesmo modo, a entidade patronal terá igualmente que fornecer todas as informações necessárias à utilização dos EPI's disponíveis na empresa, de uma forma que estas sejam compreendidas em absoluto por todos os seus funcionários.



Devem também ser organizadas sessões de formação e de treino, com o intuito de que sejam garantidas uma utilização dos Equipamentos de Protecção Individual em conformidade com as instruções dos fabricantes.

Todos os EPI's terão que ser:

- Adequados relativamente aos riscos a prevenir;
- Protectores e não geradores de novos riscos;
- Utilizados de acordo com as características pessoais do trabalhador e às características do seu trabalho.



É necessário igualmente notar que, se forem fornecidos a um trabalhador vários EPI's, estes devem ser compatíveis entre si.

Seguindo a mesma lógica, quando um EPI for utilizado por mais que um trabalhador, é fundamental respeitar a cem por cento as regras básicas de higiene.

Os Equipamentos de Protecção Individual devem ser empregues pelos trabalhadores exclusivamente nas circunstâncias para as quais são recomendados, e depois da entidade patronal tê-los informados das características dos riscos contra os quais o dito equipamento os protege.

3. EPI's – selecção e formação



A selecção dos Equipamentos de Protecção Individual deverá ter em conta:

- O tipo de agente agressor;
- A parte do corpo que se pretende proteger;
- O tipo de risco a evitar;

A decisão final sobre a utilização de um qualquer EPI deve ser tomada com base numa análise cuidada do posto de trabalho, em que devem participar tanto as chefias como os trabalhadores. Esta decisão conjunta leva a uma maior motivação para a utilização do equipamento seleccionado.

Para muitos EPI's, é preciso uma acção de demonstração antes de serem usados pela primeira vez.

Os pontos principais a observar na formação do utilizador são os seguintes:

- A razão da utilização de um determinado EPI;
- Qual o tipo de protecção que ele garante;
- Qual o tipo de protecção que ele não garante.

Protecção da cabeça



4. Principais tipos de EPI's

A cabeça deve ser adequadamente protegida do risco de queda de objectos pesados, de pancadas violentas ou da projecção de partículas.

A protecção da cabeça obtém-se mediante o uso de capacete de protecção, o qual deve apresentar elevada resistência ao impacto e à penetração de objectos estranhos.

Protecção dos olhos e do rosto



Os olhos constituem uma das partes mais sensíveis do corpo. É uma zona, pois, onde os acidentes podem atingir a maior gravidade. As lesões nos olhos ocasionadas por acidentes de trabalho podem ser originadas por diferentes motivos:

- Acções mecânicas – poeiras, partículas ou aparas;
- Acções ópticas – luz visível (natural ou artificial), invisível (radiação ultravioleta ou infravermelha) ou ainda raios laser;

- Acções térmicas – temperaturas extremas;
- Acções químicas – produtos corrosivos (sobretudo ácidos e bases) no estado líquido e sólido.



Os olhos e também o rosto protegem-se com óculos e viseiras apropriados, cujos vidros deverão resistir ao choque, à corrosão e às radiações, de acordo com os casos.

Protecção das vias respiratórias



A atmosfera dos locais de trabalho encontra-se muitas vezes contaminada, devido à existência de agentes químicos agressivos, como são os gases, os vapores, as neblinas, as fibras ou as poeiras.

A protecção das vias respiratórias é feita mediante a utilização dos denominados dispositivos de protecção respiratória – aparelhos filtrantes (máscaras).

Protecção dos ouvidos



Neste campo, existem fundamentalmente dois tipos de protecção a utilizar: os **auriculares** (ou tampões) e os **auscultadores** (ou protectores tipo abafadores).

Protecção do tronco



O tronco é protegido através do vestuário, que pode ser confeccionado em vários tipos de tecidos.

O vestuário de trabalho deve limitar-se ao corpo para se evitar a sua prisão pelos órgãos em movimento. Por exemplo, a utilização de gravata ou de cachecol constituem um risco.

Protecção das mãos e dos membros superiores



Os ferimentos nas mãos constituem o tipo de lesão mais frequente que ocorre na indústria.

O braço e o antebraço estão, normalmente, menos expostos que as mãos. Não se deve, contudo, subestimar a sua protecção.

Protecção das pés e dos membros inferiores



A protecção dos pés deve ser considerada quando há risco de lesões causadas por efeitos mecânicos, térmicos, químicos ou eléctricos.

Quando há a possibilidade de queda de materiais, deverão ser usados sapatos ou botas revestidos interiormente com biqueiras de aço. Nas situações em que existe o risco de perfuração da planta dos pés (como são a generalidade dos trabalhos da construção civil) deve ser incorporada uma palmilha de aço no calçado a utilizar.

Protecção contra quedas



Em todos os trabalhos que apresentam risco de queda livre, deve ser usado o cinto de segurança, que poderá ser reforçado com suspensórios fortes e, em algumas situações, associado a dispositivos mecânicos amortecedores de quedas.

O cinto deve ser ligado a um cabo de boa resistência, que pela outra extremidade se fixará num ponto conveniente. O comprimento desse cabo deve ser regulado segundo as circunstâncias.

Continua...

Não perca no mês de Dezembro o próximo volume deste Guia Técnico, exclusivo d' **O Portal da Construção**.



O PORTAL DA CONSTRUÇÃO é um portal agregador de conteúdos relacionados com as áreas de construção civil, arquitectura e engenharia civil.

O PORTAL DA CONSTRUÇÃO disponibiliza, entre os seus conteúdos, um Directório de Empresas do ramo, com o intuito de proporcionar aos seus utilizadores um fácil e rápido acesso a contactos relevantes do sector.

O PORTAL DA CONSTRUÇÃO propõe-se a ser uma indispensável ferramenta on-line de apoio ao utilizador.

Contactos:

Impasse à Rua General Taborda nº11 A
1070-138 Lisboa

Tel: 213 822 110

e-Mail: geral@oportaldaconstrucao.com