

# Assumir riscos *Não* faz parte do trabalho



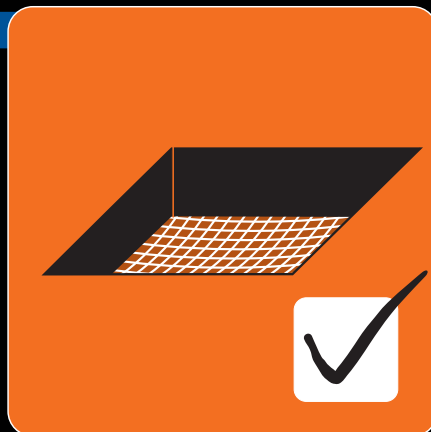
**LOTU**  
Prevenção de quedas em altura

Verifique sempre as causas das quedas em:

**1** escadas



**2** vãos



**3** andaimes de cavaletes



Assumir riscos **Não**  
faz parte do trabalho

# Lista de verificação



## escadas

Prevenção de quedas em altura



- Degraus antiderrapantes
- Pé regulável
- Sistema de fixação
- Engate de segurança
- Calços antiderrapantes
- Norma UNE



- Degraus antiderrapantes
- Limitador de abertura a 30°
- Dispositivo anti-abertura
- Travão de alavanca (se tiver rodas)
- Calços antiderrapantes
- Norma UNE

Para +  
segurança

- Arnês ou cinto a mais de 3,5 metros
- Não utilizar como plataforma de trabalho
- Fixar ripas em ambos os lados para evitar o deslizamento lateral
- Inspeções do estado de utilização
- Não utilizar escadas improvisadas

# Assumir riscos *Não*

## faz parte do trabalho

# Lista de verificação

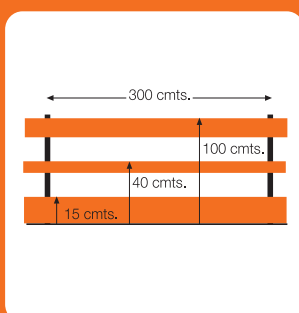


# 2 vãos

## Prevenção de quedas em altura

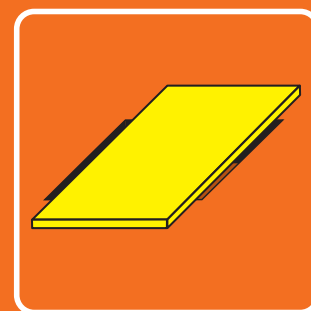
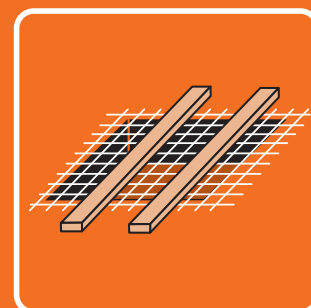
### Guarda-corpos

- Solidez e resistência
- Altura mínima: 1 metro
- Três elementos horizontais
- Suportes verticais cada 3 metros
- Fixação à laje



### Malha de ferro e tábuas

- Pequenos vãos (1,5 x 1,5)
- Malha de ferro + tábuas
- Tábuas pregadas
- Tábuas amarelas
- Tábuas: superfície lisa



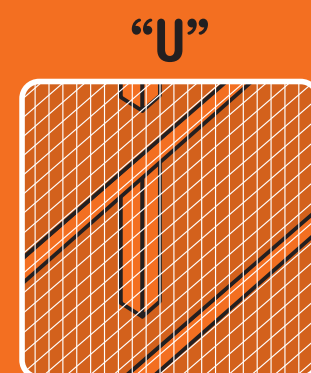
### Redes horizontais

- Fixada a consolas
- Sobreposição de panos de no mínimo 75 cm
- Queda máxima: 6 m. Dimensão de fundo: 3 m
- Livre de materiais ou objectos
- Fixada a suportes da estrutura
- Cobrir totalmente o vão ou a zona a proteger
- Espaço entre a rede e o chão e outros obstáculos
- Livre de materiais ou objectos
- Formada por vários panos, as sobreposições de rede devem ser de no mínimo 2 metros



### Redes verticais

- Fixada a suportes verticais ou à laje
- Ultrapassar em 1 metro a intersecção entre a linha do gradeamento e a área da rede
- Fixada às forcas e estas ancoradas ao betão
- Distância máxima entre as forcas: 4,5 m
- Deve ultrapassar em 1 metro o nível de trabalho
- Rede (parte inferior) fixada à laje em intervalos de pelo menos 1 metro
- Queda máxima: 6 m



**UTILIZAR OS ELEMENTOS DE ENSAIO E VERIFICAR A VALIDADE**

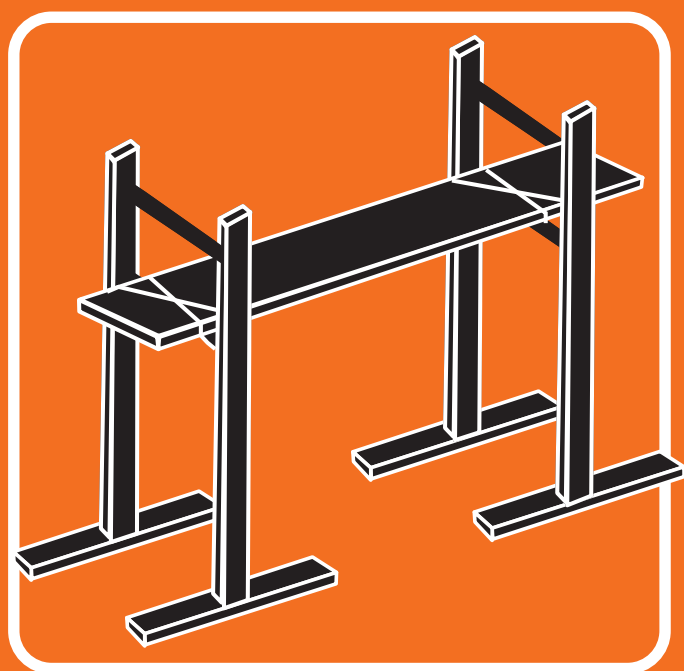
Assumir riscos **Não**  
faz parte do trabalho

## Lista de verificação



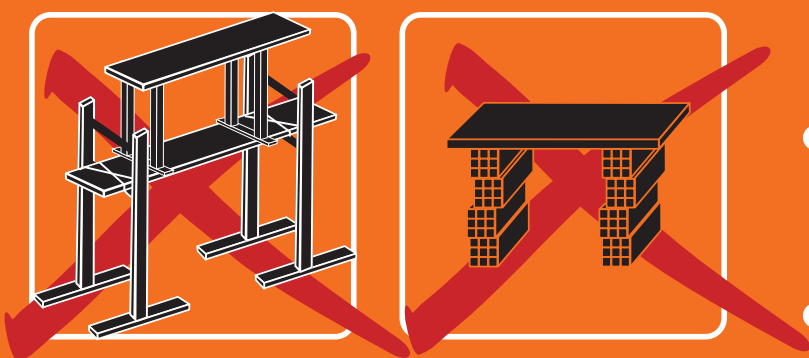
Prevenção de quedas em altura

**3**  andaimetes de cavaletes



- Materiais sólidos (verticais) metálicos.
- Situada em superfícies antiderrapantes
- Altura inferior a 2 metros
- Superfície mínima 50 x 60 cm
- Ambiente circundante livre de obstáculos
- Materiais (verticais e horizontais) fixados ou atados
- Inspeção constante

as plataformas não devem



- Ser improvisadas com escadas, bidões, paletes, pilhas de materiais
- Se constituídas de outras plataformas empilhadas
- Ser utilizadas em andaimetes suspensos ou bailéus