



## TRABALHO SEGURO EM ALTURA/UTILIZAÇÃO SEGURA DE ESCADAS

BME ALERTA DE SEGURANÇA MENSAL, NÚMERO 4: FEVEREIRO 2023

DESCRIPÇÃO DOS EVENTOS
DESCRIPÇÃO DO SITUAÇÃO(ÕES)/EVENTO(S)
<p>Infelizmente, um acidente de trabalho envolvendo escadas ocorreu em Janeiro. Um empregado estava a fazer um inventário quando, depois de contar os artigos na prateleira superior, falhou no degrau ao descer a escada e caiu para trás, aterrando de costas noutra escada atrás dele, quebrando as costelas.</p> <p>Após esta ocorrência, foi dada mais ênfase à educação de todos os membros do pessoal sobre os procedimentos de segurança para utilizando escadas, a fim de evitar incidentes semelhantes no futuro.</p> <p>Temos observado o uso inseguro de escadas em todos os nossos outros OpCos. A utilização de escadas danificadas ou do tipo errado de escadas, causa riscos desnecessários.</p>

### FOTOS



Escada falta o botão de plástico e pode deslizar sobre a superfície lisa



Escada com escada de mão danificada tem de ser substituída



Degrados danificados/quebrados na escada causando uma utilização insegura



Escolher a escada apropriada e trabalhar em segurança



# TRABALHO SEGURO EM ALTURA/ UTILIZAÇÃO SEGURA DE ESCADAS

Tenha em mente que uma escada só deve ser usada se não estiver disponível ou for possível um método de trabalho mais seguro (tal como andaimes ou plataformas de trabalho aéreo). Se o trabalho numa escada não puder ser evitado, tenha em mente as seguintes orientações fundamentais.



## O QUE ISTO SIGNIFICA PARA SI

### O caminho seguro é o caminho certo

- >> Utilizar sempre uma escada ou escada aprovada (verificar a existência de um autocolante de aprovação).
- >> Efectuar sempre uma inspecção visual antes do trabalho (verificar se existem danos, deformações, quebras, amolgadelas, peças em falta, tais como parafusos ou pés de escada, etc.).
- >> Usar a escada certa para o trabalho. É importante escolher uma escada que tenha a capacidade de carga adequada para o trabalho, uma escada que tenha a altura correcta e seja feita com o material certo.

### Não passe por um perigo

- >> Relatar e reparar as escadas danificadas, NÃO as utilizar mais.
- >> Avise os seus colegas se os vir a trabalhar de uma forma insegura ou a utilizar uma escada inadequada para o trabalho.

### Pense primeiro, mantenha-se seguro

- >> Certifique-se de que tem sempre pelo menos três pontos de apoio; dois pés e uma mão, ou um pé e duas mãos (por isso, praticamente falando, não pode transportar recursos ou materiais na mão! Use um saco para isso, por exemplo).
- >> Coloque uma escada no ângulo correcto de 75 graus (coloque os pés da escada contra a ponta dos seus sapatos e estique os braços com a escada nas mãos. Enquanto o faz, verifique também se os degraus estão na horizontal).
- >> Colocar sempre uma escada sobre uma superfície estável, plana e carregada.
- >> Nunca colocar uma escada em frente de janelas, portas e saídas de emergência / portas de emergência.
- >> Proteger a escada contra quedas e deslizamentos (usar um tapete de escada, por exemplo).
- >> Subir e descer sempre uma escada enquanto se encontra de frente para ela.
- >> Nunca ficar de pé nos degraus / degraus superiores.
- >> Realizar apenas trabalhos leves e momentâneos.
- >> Nunca alcançar mais do que o comprimento de um braço.
- >> Trabalhar calmamente e a um ritmo normal.
- >> Fixar materiais para que não caiam (cordas ou cordões).
- >> Tome tempo e esforço para mover uma escada ou escada com as mãos e não com os pés quando estiver de pé sobre ela!