



# LIMPEZA E ARRUMAÇÃO



**PENSE PRIMEIRO  
AJA EM SEGURANÇA**  
COMPASS BME SAÚDE E SEGURANÇA

Iniciativa de **BME**

## Dicas práticas

### > Tópico <

Um local de trabalho limpo e arrumado contribui para um trabalho seguro e saudável. É possível evitar os acidentes ao manter o piso de trabalho limpo e sem detritos. E, se guardarmos tudo no sítio certo, poupamos muito tempo quando estamos à procura de coisas. Quando temos um escritório limpo, é mais fácil trabalhar de forma eficiente.

Para ajudar na limpeza e arrumação, utilizaremos o sistema 5 S e as marcações no chão

5 passos para um local de trabalho limpo e arrumado:

1. Sort (separar): o que guardar e o que deitar fora?
2. Set in order (organizar): colocar tudo no lugar
3. Shine (brilhar): limpar e inspecionar
4. Standardize (padronizar): elaborar as regras, segui-las e executá-las
5. Sustain (manter): integrar essas ações na rotina de trabalho diária, tornando-as numa prática habitual

Como ferramenta para clarificar os padrões necessários para ter um local de trabalho limpo e arrumado, as marcações no chão podem ajudar a manter tudo no sítio certo. Marcações no chão:

	Utilizado para marcar caminhos de circulação, assinalar prateleiras, corredores, áreas de armazenamento e trabalho
	Para efeitos de segurança, utilizado como indicador de perigo
	Indica um aviso ou precaução de segurança
	Utilizado para fins gerais, como a identificação de áreas que têm de estar sempre desimpedidas para operações e fluxo de trabalho
	Usado frequentemente para identificar as áreas que devem estar sempre desimpedidas para efeitos de segurança (como saídas de emergência, equipamentos perigosos ou quadros elétricos)



## Dicas práticas



## › Questionário ‹

### 1. A forma segura é a forma correta

- › Uma boa organização evita acidentes e melhora as condições de trabalho seguras e saudáveis

### 2. Não volte as costas a um perigo

- › Se todos trabalharem em conjunto, é fácil manter o local de trabalho limpo e arrumado
- › Se vir derrames ou lixo no chão, limpe-o e deite-o fora – mesmo que não seja o “seu” lixo nem tenha causado aquele derrame

### 3. Pense primeiro, aja em segurança

- › Pavimentos limpos evitam escorregadelas, tropeções e quedas
- › Num ambiente de trabalho limpo e arrumado, o risco de incêndio diminui
- › Vou contribuir para uma área de trabalho limpa e arrumada: penso primeiro, ajo em segurança

### Qual das seguintes afirmações é verdadeira?

### Verda-/ Falsa deira

**A:** Não há nenhum problema se eu colocar uma palete numa passarela para peões.

☐☐

**B:** Podemos trabalhar melhor se todas as nossas ferramentas estiverem no sítio certo.

☐☐

**C:** Devo limpar as poeiras provenientes de uma máquina de serrar no final do meu turno.

☐☐

**D:** As marcações vermelhas no pavimento são utilizadas para indicar perigos por motivos de segurança.

☐☐