

Trabalhar Juntos em Segurança – Normas para Construção Teocrática e Manutenção

Fevereiro 2022

Índice

[Introdução](#)

[1 Normas gerais de saúde e segurança](#)

[2 Normas de segurança para trabalhos de alto risco](#)

[Apêndice](#)

[A Princípios de segurança para a supervisão](#)

INTRODUÇÃO

1. É um grande privilégio servir a Jeová em projetos teocráticos! Queremos elogiá-lo por se ter colocado à disposição. À medida que realizamos esta importante atividade, como é que Jeová quer que trabalhemos? Ele quer que trabalhemos juntos em segurança.
2. Como “Grandioso Criador”, Jeová Deus considera a vida sagrada. (Ecl. 12:1; Sal. 36:9) Ele encara todos os humanos como preciosos e dignos de proteção. Como seus servos, podemos mostrar que temos o ponto de vista dele por aplicar os princípios bíblicos nos nossos hábitos de trabalho, nunca correndo riscos desnecessários nem ignorando as normas de segurança. — Deut. 22:8; Ecl. 10:9.
3. Provérbios 3:21-23 diz que se alguém resguardar “a sabedoria prática e o raciocínio”, então ‘andarà em segurança no seu caminho’. O nosso alvo em todos os projetos teocráticos é realizar o nosso trabalho com zero acidentes. Isto será possível se cada um de nós mantiver uma boa atitude em relação à segurança e escolher sempre trabalhar em segurança. Por isso, os superintendentes devem planejar o trabalho cuidadosamente e certificar-se de que todos os que fazem o trabalho têm a formação e o equipamento necessários para realizar as suas tarefas em segurança. Os voluntários devem obedecer rapidamente às orientações, cumprir todas as normas de segurança e aplicar a formação que recebem.
4. Este documento fornece normas *mínimas* de segurança como parte de um programa de consciencialização de segurança elaborado pela organização. Por favor, consulte este documento antes de trabalhar em qualquer projeto teocrático. Esta é a sua cópia pessoal.
5. O [capítulo 1](#) fala sobre segurança de uma forma geral e tem de ser lido por todos os voluntários. O [capítulo 2](#) fala de trabalhos de alto risco e tem de ser lido por quem estiver autorizado a fazer esse tipo de trabalho. O [apêndice A](#) enumera algumas das responsabilidades de quem supervisiona projetos num Salão do Reino local.
6. Jesus disse que os seus verdadeiros seguidores seriam identificados pelo amor que demonstrariam uns pelos outros. (João 13:35) Uma forma de demonstrar este amor é por fazer todos os possíveis para contribuir para um ambiente de trabalho seguro. Oramos pelas contínuas bênçãos de Jeová sobre todos os nossos projetos teocráticos e os nossos esforços em continuar a *trabalhar juntos em segurança*. — Sal. 127:1.

CAPÍTULO 1 NORMAS GERAIS DE SAÚDE E SEGURANÇA

Controlo de acesso ao local de obra	1
Requisitos mínimos de idade	2-3
Áreas de trabalhos gerais de construção e manutenção	2
Áreas de trabalhos de alto risco	3
Saúde pessoal e vestuário	4-6
Saúde pessoal	5
Vestuário	6
Conduta e hábitos de trabalho seguros	7
Manter um ambiente de trabalho seguro	8-11
Organização e limpeza	9
Empilhamento e armazenamento	10
Clima	11
Equipamento de proteção individual	12-21
Proteção da cabeça	13
Calçado de proteção	14
Proteção ocular	15
Óculos de proteção	15.1
Óculos de proteção panorâmicos	15.2
Proteção facial	16
Aparelhos de proteção respiratória (APR)	17
Proteção auditiva	18
Proteção das mãos	19
Coletes de segurança	20
Proteção dos joelhos	21
Ferramentas manuais	22
Escadas	23
Lesões e emergências	24
Segurança alimentar	25
Prevenção contra incêndios	26
Segurança ao usar produtos químicos	27
Segurança geral para com a eletricidade	28
Bloqueio/sinalização	29
Reconhecer espaços confinados	30
Trabalhar em segurança perto de equipamento pesado e gruas	31
O meu compromisso com a segurança em trabalhos gerais	32-33

CONTROLO DE ACESSO AO LOCAL DE OBRA

1. Os únicos que podem trabalhar em projetos teocráticos de construção e manutenção são os voluntários que têm petições aprovadas ou que estão autorizados pelos anciãos locais. Neste documento, “projeto” refere-se a atividades de construção, renovação, demolição, reconstrução após desastre e trabalhos de manutenção de alto risco. Não se refere a trabalhos de manutenção geral nem a pequenas tarefas de limpeza. “Local de obra” refere-se ao local onde o trabalho está a ser realizado, tal como um Salão do Reino, Salão de Assembleias, Escritório Remoto de Tradução ou um local de ajuda humanitária.

- (1) Cada local de obra de projetos de construção ou manutenção irá conter uma ou mais zonas de acesso restrito. Estas zonas de acesso restrito incluem as seguintes:

- **Áreas de trabalhos gerais de construção e manutenção.**

- **Áreas de trabalhos de alto risco**, que incluem, mas não estão limitadas a:
 - demolição;
 - trabalhos onde a distância de queda é de 1,8 metros ou mais, tais como num telhado, numa plataforma elevatória ou próximo de uma escavação;
 - trabalhos em valas ou escavações com 0,9 metros ou mais de profundidade;
 - trabalhos com equipamento pesado ou perto destes;
 - trabalhos perto de guas ou onde cargas são elevadas acima do nível da cabeça.
- (2) A supervisão tem de se certificar de que o local de obra está estruturalmente seguro e que as zonas de acesso restrito estão claramente identificadas com sinalética ou barreiras. Os pontos de acesso a estas zonas devem ser constantemente monitorizados para que apenas possam entrar as pessoas e os veículos autorizados pela supervisão.
 - (3) Os voluntários têm de ser autorizados pela supervisão para entrar numa zona de acesso restrito e têm de obedecer a todas as orientações referentes a essas zonas.
 - (4) Qualquer pessoa que entre nas cozinhas ou áreas de preparação de alimentos tem de ser autorizada pela supervisão.
 - (5) Não é permitida a entrada de visitas em qualquer zona de acesso restrito, a menos que sejam especificamente autorizadas pela supervisão. As visitas autorizadas têm de ser acompanhadas por alguém designado pela supervisão que conheça os riscos e a disposição do local de obra. Todas as visitas têm de usar o equipamento de proteção exigido para essa zona de acesso restrito.

REQUISITOS MÍNIMOS DE IDADE

2. **Áreas de trabalhos gerais de construção e manutenção:** Voluntários com 17 anos de idade podem trabalhar em projetos de construção e manutenção desde que sejam adequadamente supervisionados e que isso não viole a legislação local. No entanto, não estão autorizados a realizar trabalhos de alto risco, tais como os que estão enumerados no [capítulo 2](#) deste documento.

3. **Áreas de trabalhos de alto risco:** Voluntários com pelo menos 18 anos de idade podem realizar trabalhos de alto risco se tiverem sido autorizados pela supervisão e tiverem recebido formação apropriada.

SAÚDE PESSOAL E VESTUÁRIO

4. Sempre que estiver num projeto, tenha consigo uma cópia (impressa ou em formato eletrónico) deste manual *Trabalhar Juntos em Segurança – Normas para Construção Teocrática e Manutenção*, e tenha sempre consigo a sua *Diretiva Antecipada de Vontade e Procuração de Cuidados de Saúde* (DPA). — km 1/12 p. 3.

5. Saúde pessoal:

- (1) Fique em casa se estiver doente. — Fil. 2:4; g16.6 p. 6.
- (2) Venha trabalhar após um descanso adequado e em boas condições físicas. — DC-80 n.º B3.
- (3) Evite tocar nos seus olhos, nariz e boca, se não tiver as mãos lavadas. — g 6/15 p. 3.

- (4) Ao tossir ou espirrar, faça-o para um lenço ou para o interior do seu cotovelo, não para as suas mãos.
- (5) Lave as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos depois de usar os sanitários, antes de mexer em comida, ou depois de assoar o nariz, tossir ou espirrar.
- (6) Tome medidas para evitar insolação e exposição excessiva ao sol. Por exemplo, beba bastante água para prevenir a desidratação, especialmente durante o tempo quente e húmido. — *g98 22/3 p. 31*; DC-80 n.º C10.
- (7) Tome medidas para evitar a hipotermia e frieiras. Por exemplo, use roupa quente ou faça pausas para se aquecer conforme seja necessário. — DC-80 n.º C8.
- (8) Não tenha pressa e atravesse cuidadosamente áreas potencialmente escorregadias, especialmente superfícies cobertas com neve e gelo.
- (9) Nunca conduza quando estiver sonolento. Se se sentir assim, procure um local seguro para parar e durma um pouco. — *g 7/11 p. 11*, quadro; DC-80 n.º H6.
- (10) Mostre modéstia por não realizar trabalhos que estejam além das suas capacidades, especialmente se for idoso, se já sofreu alguma lesão ou se tiver algum problema de saúde. Quaisquer limitações devem ser claramente comunicadas ao seu superintendente. — *Miq. 6:8*.

6. Vestuário:

- (1) Todos os voluntários num projeto têm de usar calças compridas, camisas ou camisolas com mangas curtas ou compridas e calçado adequado.
- (2) A roupa deve ser modesta e não deve ser justa nem reveladora, independentemente da posição em que a pessoa esteja a trabalhar.
- (3) A bijuteria, incluindo anéis, pulseiras, colares e brincos pendentes, apresenta um potencial perigo e não deve ser usada.
- (4) O cabelo comprido deve estar preso durante o trabalho.

CONDUTA E HÁBITOS DE TRABALHO SEGUROS

7. Tire tempo para entender como realizar cada tarefa em segurança. Se lhe for pedido para realizar uma tarefa que lhe parece não ser segura, peça mais esclarecimentos e realize a tarefa apenas quando for possível fazê-lo em segurança. Antes de iniciar certos trabalhos, poderão analisar consigo os formulários *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho* (DC-83) ou *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho na Congregação* (DC-85). Se tiver quaisquer sugestões para aumentar a segurança, fale com o seu superintendente. — *g02 22/2 pp. 4-7*; *g85 8/7 pp. 4-8*.

- (1) Trabalhe a um ritmo razoável e de maneira a não colocar em perigo a sua segurança ou a de outros (não use atalhos, evite distrações e o excesso de autoconfiança).
- (2) Tenha o hábito de corrigir imediatamente práticas ou condições inseguras, especialmente as que lhe forem trazidas à atenção pela supervisão ou outros. — DC-80 n.º B2.
- (3) Relate todos os quase acidentes ao seu superintendente. As lições aprendidas de um quase acidente podem prevenir uma lesão ou fatalidade no futuro. — DC-80 n.º B1.

- (4) Utilize técnicas seguras de manuseamento e elevação manual de cargas, e demonstre modéstia por pedir ajuda para transportar itens pesados ou volumosos. — DC-80 n.º C5.
- (5) Evite trabalhar sozinho num local de obra. Não é seguro.
- (6) Não envie mensagens ao caminhar. Os dispositivos móveis só devem ser usados num local seguro.
- (7) Não traga álcool para o local de obra. O álcool pode prejudicar a sua capacidade de trabalhar em segurança e não deve ser consumido imediatamente antes nem durante o trabalho.
- (8) Não pregue partidas a outros. Estas podem causar lesões. — Pro. 26:19; DC-80 n.º B4.
- (9) Obedeça a todas as orientações de segurança. Os voluntários que, mesmo depois de serem alertados, continuarem a desrespeitar as normas de segurança poderão ser convidados a deixar o projeto.

MANTER UM AMBIENTE DE TRABALHO SEGURO

8. Cada pessoa deve manter um ambiente de trabalho seguro por manter as suas áreas de trabalho limpas, ordeiras e seguras. Um local de obra arrumado é um local de obra seguro. — DC-80 n.º A2, J1, J2.

9. Organização e limpeza:

- (1) Verifique regularmente se há condições perigosas na área circundante, tais como objetos danificados ou que tenham pontas afiadas e desprotegidas, ou qualquer outra coisa que possa causar uma lesão, dano à propriedade ou um incêndio. Se não for seguro remover o perigo, fale com o seu superintendente.
- (2) Mantenha as áreas de trabalho limpas e arrumadas. Descarte o lixo imediatamente e em recipientes apropriados.
- (3) Certifique-se de que as áreas de circulação e outros locais estejam livres de potenciais perigos de escorregões ou tropeções, tais como mangueiras, cabos ou superfícies molhadas. Se não puder mudar as mangueiras ou cabos para um local mais seguro, certifique-se de que ficam bem fixos e sinalizados.
- (4) As áreas de trabalho devem estar bem iluminadas, especialmente escadas e vias de acesso na área de trabalho.
- (5) Coloque uma cobertura de proteção em quaisquer objetos pontiagudos ou salientes, tais como barras de aço, estacas, para-raios, ou qualquer outra coisa que possa apresentar um potencial perigo de empalação. Remova quaisquer pregos que estejam expostos ou dobre-os.
- (6) Certifique-se de que os resíduos perigosos são armazenados e descartados de acordo com as orientações da organização e da legislação local.
- (7) O pó pode conter potenciais perigos desconhecidos. Por isso, ao varrer, molhe a área e varra de um modo que não levante muita poeira. Use apenas aspiradores que estejam aprovados pela supervisão e com filtros apropriados para os materiais que estejam a ser aspirados.
- (8) Mantenha sempre o acesso livre a saídas de emergência, extintores e quadros elétricos.

10. Empilhamento e armazenamento:

- (1) Empilhe os objetos de forma a não desabarem, tombarem ou caírem.
- (2) Armazene os objetos mais pesados de forma a poderem ser usados pelos voluntários sem causar lesões.
- (3) Armazene os materiais de forma a não criarem um potencial perigo de tropeções e a não bloquearem corredores, passagens ou escadas.

11. **Clima:** Esteja atento à mudança do clima. Se o clima ficar mais severo, procure abrigo adequado e obedeça às orientações do seu superintendente.

EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

12. Têm de ser usados equipamentos de proteção individual (EPI) de alta qualidade e aprovados pela supervisão em qualquer projeto de construção, bem como em projetos de manutenção. Os EPIs têm de estar em boas condições, ser do tamanho correto e suficientemente confortáveis para serem usados o dia todo. Consulte os formulários *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho* (DC-83) ou *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho na Congregação* (DC-85) para saber quais os EPIs necessários para realizar tarefas específicas.

13. Proteção da cabeça:

- (1) Use sempre capacetes de proteção nas áreas de projetos onde esteja a ser realizada construção e atividades relacionadas. Tem de ser usada proteção da cabeça apropriada na manutenção de áreas onde haja risco de lesão na cabeça.
- (2) Todos os dias, antes de o trabalho começar, inspecione o seu equipamento de proteção da cabeça e verifique se há danos, tais como buracos ou rachas no casco ou desgaste no sistema de suspensão. Substitua a proteção da cabeça se estiver danificada, fora de validade ou após uma pancada forte. — DC-80 n.º C6.

14. **Calçado de proteção:** Use sempre calçado de proteção em áreas de trabalho de construção e manutenção. O calçado de proteção deve ser apropriado ao tipo de trabalho a realizar e ao ambiente de trabalho. Nunca use sandálias ou qualquer tipo de sapato aberto nas áreas de trabalho. — DC-80 n.º C1.

15. Proteção ocular:

- (1) **Óculos de proteção:** Nas áreas de construção e manutenção, use sempre óculos de proteção. Substitua os óculos de proteção se estes ficarem riscados ou comprometerem a visibilidade. — DC-80 n.º C2.
- (2) **Óculos de proteção panorâmicos:** Use óculos de proteção panorâmicos quando estiver a trabalhar com produtos químicos, conforme as instruções da Ficha de Dados de Segurança (FDS), ou quando estiver exposto a detritos que possam estar no ar, como poeiras, betão, metal ou madeira.

16. **Proteção facial:** Use uma viseira por cima dos óculos de proteção ou por cima dos óculos de proteção panorâmicos ao rebarbar, lascar ou ao cortar ou perfurar acima do nível da cabeça, para proteger o rosto de salpicos de produtos químicos ou de detritos que possam estar no ar. — DC-80 n.º C2.

17. Aparelhos de proteção respiratória (APR):

- (1) Quando estiver exposto a poeiras, bolor, fumos, *sprays*, vapores, vírus ou quando existir outro potencial perigo respiratório, use um APR bem ajustado, quer seja descartável ou reutilizável.
- (2) Apesar de não ser considerado um APR, uma máscara simples para poeiras pode proporcionar algum alívio contra poeiras não perigosas que estejam suspensas no ar. No entanto, esta não irá proteger adequadamente o utilizador de potenciais perigos respiratórios.
- (3) Teste o seu APR para ver se está bem ajustado e garantir a sua eficácia. É preciso contacto entre a pele e o APR para este estar bem ajustado. Fale com o seu superintendente para receber formação sobre o uso correto de aparelhos de proteção respiratória.
- (4) Cada voluntário é responsável por manter o seu próprio APR, bem como seguir a programação de substituição do APR e filtros conforme recomendado pelo fabricante. Substitua o APR quando estiver entupido, rasgado ou quando deixar de ser eficaz. — DC-80 n.º D2.

18. **Proteção auditiva:** Use sempre proteção auditiva em ambientes de trabalho com muito ruído. A seleção e o tipo de proteção auditiva devem ser adequados para proteger contra os níveis de ruído presentes. A proteção auditiva adequada inclui tampões auditivos, protetores auriculares, ou ambos em ambientes com muito ruído. — DC-80 n.º C4.

19. **Proteção das mãos:** Use luvas de proteção adequadas ao tipo de trabalho que realizar, tais como luvas de borracha, pele ou resistentes ao corte, conforme o que estiver especificado nos formulários *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho* (DC-83) ou *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho na Congregação* (DC-85). Não devem ser usadas luvas de trabalho perto de engrenagens de máquinas ou de equipamentos de rotação com partes móveis. — DC-80 n.º C12, D3.

20. **Coletes de segurança:** Todos os que fazem o trabalho devem usar coletes de segurança ou roupas de alta visibilidade nas áreas de trabalho de construção e manutenção, especialmente onde houver movimentação de veículos ou de equipamento pesado.

21. **Proteção dos joelhos:** Use joelheiras bem ajustadas quando o trabalho exigir estar ajoelhado por longos períodos de tempo. — DC-80 n.º C1.

FERRAMENTAS MANUAIS

22. A supervisão tem de garantir que todas as ferramentas manuais são regularmente inspecionadas. Todas as ferramentas são projetadas para um trabalho específico e devem ser usadas apenas para esse objetivo.

- (1) Não use ferramentas que estejam excessivamente desgastadas, partidas, rombas ou danificadas. Ferramentas com defeito ou danificadas devem ser reparadas antes de serem usadas ou removidas do local de obra. — DC-80 n.º F4.
- (2) Nunca armazene facas ou lâminas com a parte afiada exposta. — DC-80 n.º F1.
- (3) Nunca suba escadas com um instrumento cortante ou qualquer tipo de lâmina na sua mão.
- (4) Nunca corte em direção a si mesmo ou na direção de outros. Corte num ângulo para longe do seu corpo.

ESCADAS

23. Tanto quanto possível, as escadas não devem ser usadas como plataforma de trabalho exceto se circunstâncias únicas exigirem a sua utilização para trabalhos de curta duração.

- (1) Mantenha as escadas em bom estado. Inspecione as escadas antes de as usar para verificar se há degraus partidos, rachas ou outros defeitos. Sinalize as escadas com defeito e retire-as do local de obra.
- (2) Os escadotes não devem exceder 3 metros de altura total. — DC-80 n.º E1, E8.
- (3) Os trabalhos em escadas que exigem que esteja a 1,8 metros acima do chão são de alto risco e exigem autorização do seu superintendente. Antes de trabalhar a essa altura, tem de seguir as orientações do formulário *Trabalho em Altura* (A-137).
- (4) Nunca use escadas metálicas quando estiver a trabalhar com equipamento elétrico ou perto deste. Use apenas escadas de material não condutor, como escadas em fibra de vidro.
- (5) Coloque sempre as escadas numa superfície firme. Nunca as coloque em cima de caixas, andaimes, plataformas elevatórias ou quaisquer outros objetos instáveis. — w10 15/4 p. 30, quadro.
- (6) Não use cadeiras, baldes, caixas ou quaisquer outros objetos instáveis como escadas improvisadas.
- (7) Fique sempre de frente para a escada ao subir ou ao descer e mantenha sempre pelo menos três pontos de contacto, por exemplo os dois pés e uma mão.
- (8) Nunca se incline para o lado quando estiver na escada. Desça e mude a escada de lugar se for necessário.
- (9) Nunca suba nem se sente nos últimos dois degraus de uma escada.
- (10) Se precisar de usar uma escada em frente a uma porta, ou num local onde possa entrar em colisão com equipamentos ou peões, deve colocar uma barreira na porta e/ou pedir que um ajudante segure a escada.
- (11) De um modo geral, as escadas extensíveis devem ser inclinadas numa proporção de 4:1, ou seja, para cada 1,2 metros de altura de escada, a base tem de ficar afastada 0,3 metros da parede que a apoia.
- (12) As escadas extensíveis têm de ser fixadas no topo e na base, por exemplo através de amarrações, para impedir que se movam. Até a escada estar fixa, uma segunda pessoa deve ficar a segurá-la para evitar que escorregue.
- (13) As escadas extensíveis que são usadas para aceder a uma plataforma elevada ou a um telhado devem ser estendidas pelo menos 1 metro acima do ponto de apoio da plataforma ou telhado.

LESÕES E EMERGÊNCIAS

24. A supervisão tem de levar em conta as circunstâncias locais ao elaborar os procedimentos de emergência. Todos os que trabalham no local de obra têm de saber onde se encontram afixados os números e procedimentos de emergência. — DC-80 n.º A4, A5.

- (1) Esteja familiarizado com os números e procedimentos de emergência afixados. Esteja preparado para obedecer às orientações dadas pelo seu superintendente em caso de emergência.

- (2) Elimine qualquer potencial perigo imediato que possa causar mais lesões apenas caso se sinta seguro para fazer isso, por exemplo, por desligar a máquina ou qualquer outro equipamento.
- (3) Não movimente uma pessoa lesionada, a não ser que a sua localização implique o perigo de ela sofrer outras lesões. Mantenha a pessoa lesionada imobilizada e calma. Ligue para o número de emergência designado e peça a alguém para informar um superintendente.
- (4) As lesões na cabeça, pescoço, coluna ou olhos, bem como a perda de consciência, requerem a atenção de pessoal com formação em primeiros socorros.
- (5) Os agentes patogénicos no sangue podem causar doenças. Evite o contacto com o sangue de outra pessoa. Se uma ferramenta, utensílio ou material estiver contaminado com sangue, este tem de ser lavado e desinfetado antes de ser usado novamente. — DC-80 n.º C7.
- (6) Todas as lesões, incluindo pequenos incidentes ou quase acidentes, têm de ser reportadas à supervisão.

SEGURANÇA ALIMENTAR

25. As pessoas podem ficar doentes por comer alimentos que sejam mal preparados, cozinhados ou armazenados. Por isso, os alimentos têm de ser protegidos de contaminação. É essencial que todos os que preparam, cozinham ou servem alimentos conheçam os potenciais perigos relacionados com esse trabalho.

- (1) Antes de serem designados para preparar ou servir alimentos, todos os voluntários têm de receber formação apropriada sobre os princípios básicos de segurança alimentar. Têm de manter hábitos de higiene pessoal exemplares.
- (2) Se estiver doente, com uma doença contagiosa ou com cortes ou feridas expostas não deve estar nas áreas de preparação de alimentos.
- (3) Antes de preparar e servir alimentos deve lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos. Isto tem de ser feito antes de começar a trabalhar, ao voltar ao trabalho depois de uma pausa ou após usar os sanitários.
- (4) A legislação local pode exigir o uso de luvas descartáveis por cima de mãos lavadas. Estas devem ser descartadas após cada período de trabalho e antes de manusear outro tipo de alimento.
- (5) Os que trabalham em preparar e servir alimentos têm de usar toucas.
- (6) Reporte quaisquer eletrodomésticos que estejam danificados ou que não trabalhem em segurança. Não use eletrodomésticos sem as devidas proteções. Todos os utensílios pontiagudos devem ser armazenados de forma a não causarem lesões.
- (7) Mantenha as carnes e produtos lácteos no frigorífico a menos de 4°C até serem cozinhados. A supervisão tem de garantir que a comida refrigerada é mantida a uma temperatura segura. A comida perecível, cozinhada ou crua, tem de ser mantida fora da zona de perigo entre os 5°C e 60°C, visto que dentro deste intervalo pode haver multiplicação de bactérias.
- (8) Deve haver um termómetro alimentar nas áreas de preparação de alimentos.
- (9) Ao medir a temperatura das carnes, a temperatura interior tem de atingir os 70°C ou mais, durante pelo menos 30 segundos, dependendo do tipo de carne. Fale com o seu superintendente para receber mais orientações sobre as temperaturas seguras para cozinhar.

- (10) Não deixe alimentos cozinhados à temperatura ambiente por mais de duas horas e não mais do que uma hora se a temperatura ambiente for acima dos 32°C.
- (11) Os alimentos previamente cozinhados devem ser reaquecidos apenas uma vez a uma temperatura de 74°C. Descarte quaisquer restos depois disso. — *g01 22/12* pp. 8-9, quadro.
- (12) Mantenha os alimentos completamente tapados para os proteger de serem contaminados por moscas.

PREVENÇÃO CONTRA INCÊNDIOS

26. Os incêndios podem começar e propagar-se rapidamente e causar danos que podem ser devastadores para a vida e propriedade. — DC-80 n.º G3, G3a.

- (1) Use extintores de incêndio apenas se for seguro fazê-lo e se tiver tido formação sobre como usá-los de forma correta. — DC-80 n.º G6.
- (2) Armazene líquidos inflamáveis em recipientes de segurança selados, aprovados pela supervisão.
- (3) Armazene líquidos inflamáveis em armários ou contentores de material resistente ao fogo e numa área que tenha sido designada como segura. Na área de trabalho, mantenha apenas a quantidade necessária para um turno.
- (4) Descarte os panos molhados com líquidos inflamáveis, tais como diluente de tinta ou outros solventes, em recipientes de metal aprovados pela supervisão. Nunca pendure esses panos para secar, não os deixe amontoados nem os misture com outros resíduos. — DC-80 n.º D1.
- (5) Nunca use gasolina para fazer limpeza.
- (6) Nunca armazene garrafas de gás de petróleo liquefeito (GPL) em locais fechados. Proteja as garrafas contra impactos, e certifique-se que são sempre armazenadas na posição vertical. Todas as garrafas com mais de 11 quilogramas têm de estar presas com uma corrente ou outro meio de imobilização para evitar que tombem.
- (7) Nunca queime combustíveis em locais fechados sem a aprovação da supervisão. Pode ocorrer intoxicação por monóxido de carbono, se não houver ventilação adequada ao queimar combustíveis em locais fechados.
- (8) De modo a evitar explosões ou incêndios, os materiais inflamáveis e combustíveis devem ser afastados de trabalhos que possam produzir faíscas, altas temperaturas ou chamas.

SEGURANÇA AO USAR PRODUTOS QUÍMICOS

27. Todos os que usam produtos químicos têm de compreender os potenciais perigos envolvidos e saber onde encontrar as informações sobre como trabalhar com produtos químicos em segurança.

- (1) Não traga produtos químicos perigosos para o local de obra sem a aprovação da supervisão.
- (2) Os fabricantes e fornecedores de produtos químicos fornecem Fichas de Dados de Segurança (FDS), que contêm informações sobre os potenciais perigos associados aos produtos químicos fornecidos. A supervisão tem de manter uma cópia de todas as FDSs de todos os produtos químicos perigosos usados no projeto. As FDSs devem estar atualizadas e ser de fácil acesso a todos os que usam produtos químicos. — DC-80 n.º D4.

- (3) Use sempre os equipamentos de proteção individual recomendados na FDS ao trabalhar com produtos químicos perigosos.
- (4) Todos os recipientes que contenham produtos químicos têm de estar claramente identificados com o nome do produto e os potenciais perigos associados. Deve reportar à supervisão quaisquer recipientes de produtos químicos que não estejam identificados ou cuja identificação esteja ilegível.

SEGURANÇA GERAL PARA COM A ELETRICIDADE

28. Todos os anos, os choques elétricos matam centenas de pessoas. Todos os que trabalham têm de tomar medidas para prevenir os choques elétricos. — DC-80 n.º A6.

- (1) Apenas voluntários com formação, experiência e autorização da supervisão podem realizar trabalhos de manutenção elétrica ou inspeção. O trabalho elétrico deve ser realizado e/ou supervisionado por profissionais credenciados, sempre que a legislação local assim o exigir. — DC-80 n.º G10.
- (2) Reporte imediatamente à supervisão quaisquer danos ou exposição em ligações elétricas, caixas de junção, disjuntores ou quadros elétricos como, por exemplo, a falta de cobertura de proteção. Instale uma barreira física para limitar o acesso à área, se for seguro fazê-lo sem tocar no equipamento.
- (3) Nunca permita que as ligações elétricas entrem em contacto com água. Quando estiver a limpar, não despeje água pelo chão se houver tensão.
- (4) Nunca sobrecarregue uma tomada elétrica. Obedeça às orientações da supervisão relativamente aos equipamentos que podem estar ligados simultaneamente ao mesmo circuito. Se tiver dúvidas, consulte um eletricista autorizado pela supervisão.

BLOQUEIO/SINALIZAÇÃO

29. Trabalhar com equipamento em tensão é um trabalho de alto risco que pode levar a lesões sérias ou à perda da vida. É essencial que todas as fontes de energia potencialmente perigosa sejam identificadas e controladas.

- (1) O procedimento de bloqueio/sinalização exige que a pessoa use dispositivos de bloqueio, tais como um cadeado e etiquetas de sinalização, conforme está descrito no [capítulo 2](#) deste documento. Este procedimento tem de ser realizado durante a instalação, limpeza, reparação ou manutenção para impedir que qualquer parte do equipamento, máquina ou sistema fique inesperadamente em tensão. — DC-80 n.º F2, F12.
- (2) Nunca retire os dispositivos de bloqueio colocados por outra pessoa. Se um dispositivo de bloqueio estiver a afetar o seu trabalho, fale com o seu superintendente.
- (3) Qualquer pessoa que retirar ou romper um dispositivo de bloqueio que tenha sido colocado por outra pessoa, pode ser retirada imediatamente do projeto. Só a supervisão pode retirar um dispositivo de bloqueio que tenha sido colocado por outra pessoa, seguindo o procedimento de bloqueio/sinalização.

RECONHECER ESPAÇOS CONFINADOS

30. Os espaços confinados, como valas, poços ou reservatórios de água, podem apresentar um potencial perigo fatal a quem trabalha neles. Os trabalhos em espaços confinados são de alto risco.

- (1) A supervisão tem de garantir que é afixada sinalética de aviso nos espaços confinados onde há risco de enclausuramento, esmagamento, asfixia ou choque elétrico. — DC-80 n.º G4.
- (2) Só podem entrar em espaços confinados pessoas com formação, experiência e autorização da supervisão.
- (3) Quem entrar num espaço confinado devidamente sinalizado sem ter formação ou autorização da supervisão pode ser retirado imediatamente do projeto.

TRABALHAR EM SEGURANÇA PERTO DE EQUIPAMENTO PESADO E GRUAS

31. O equipamento pesado apresenta riscos para qualquer pessoa no local de obra. É preciso ter um nível mais elevado de cuidado ao trabalhar perto de guas.

- (1) Esteja sempre atento e mantenha uma distância de segurança do equipamento pesado. Obedeça às orientações do seu superintendente e/ou dos sinaleiros da grua quando esta estiver em movimento.
- (2) A supervisão tem de estabelecer uma zona “Não entrar” perto das guas. Esta zona restrita tem de incluir a área de rotação da grua bem como a área onde as cargas estão a ser elevadas ou movimentadas acima do nível da cabeça. Apenas as pessoas autorizadas pela supervisão podem entrar nessa zona restrita.
- (3) A supervisão tem de garantir que os riscos derivados do trabalho com guas estão sempre controlados.

O MEU COMPROMISSO COM A SEGURANÇA EM TRABALHOS GERAIS

32. Entendo que em todos os projetos de construção e manutenção existem potenciais perigos. Também entendo que a Palavra de Deus diz que a segurança e o respeito pela vida têm de ser levados muito a sério. (Êxo. 21:33, 34; Núm. 35:22-25; Deut. 22:8) Por isso, para a minha própria proteção, bem como para a de outros

- (1) eu estou firmemente comprometido com o objetivo de haver zero acidentes.
- (2) participarei de bom grado em todos os programas de formação sobre segurança e colaborarei com as instruções providenciadas pela supervisão.
- (3) irei aplicar a formação recebida, demonstrar uma atitude humilde e modesta e obedecer às orientações.
- (4) não irei desenvolver uma atitude complacente para com a segurança; se vir algo inseguro, direi algo imediatamente.
- (5) antes de começar uma tarefa, irei reservar tempo para planear como executá-la de uma maneira segura.
- (6) entendo que o excesso de autoconfiança pode ser perigoso. Por isso, irei pedir orientações ao meu superintendente se:
 - eu não entender uma tarefa;
 - eu não me sentir competente para a realizar em segurança;
 - sentir que está além das minhas capacidades físicas e de saúde;
 - sentir que é inseguro.

33. A minha participação nos trabalhos gerais em projetos de construção e manutenção indica que li o [capítulo 1](#) deste documento na sua inteireza, que concordo plenamente com

o seu conteúdo e que porei em prática as suas normas, quer sejam transmitidas pela congregação, pelo Departamento Local de Projeto e Construção ou por outra supervisão de construção teocrática.

CAPÍTULO 2 NORMAS DE SEGURANÇA PARA TRABALHOS DE ALTO RISCO

Equipamento e ferramentas de alto risco 2-7

Ferramentas, máquinas e equipamentos elétricos 3

Ferramentas de fixação a pólvora e pneumáticas 4

Lasers 5

Equipamento pesado e veículos de construção 6

Gruas 7

Trabalhar em altura 8-11

Prevenção/proteção antiqueda 8

Trabalhos em telhados 9

Andaimes 10

Plataformas elevatórias 11

Tarefas de alto risco 12-19

Trabalhos elétricos 12

Procedimento de bloqueio/sinalização 13

Abertura de valas e escavações 14

Trabalhos a quente 15

Gases refrigerantes e comprimidos 16

Demolição 17

Trabalhos em espaços confinados 18

Condução de veículos 19

O meu compromisso com a segurança em trabalhos de alto risco 20-21

1. Na maioria dos casos, estes trabalhos serão realizados debaixo da orientação do Departamento Local de Projeto e Construção ou de outra supervisão de construção teocrática. Antes de se iniciarem os trabalhos de alto risco, têm de ser preenchidos os formulários *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho* (DC-83) ou *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho na Congregação* (DC-85). Ninguém deve trabalhar sozinho quando estiver a realizar trabalhos de alto risco.

EQUIPAMENTO E FERRAMENTAS DE ALTO RISCO

2. Todas as ferramentas e equipamento de alto risco têm de ser aprovados pela supervisão antes de serem usados num projeto. Antes de autorizar uma pessoa a usar este tipo de equipamento, a supervisão tem de confirmar que a pessoa recebeu formação adequada. Mantenha uma lista dos operadores que estão autorizados pela supervisão a usar ferramentas elétricas, a operar cada tipo de máquina e equipamento e a conduzir veículos. Os que estiverem autorizados têm de permanecer alertas e focados ao usar tal equipamento. — DC-80 n.º F3, F7-F10.

3. Ferramentas, máquinas e equipamentos elétricos:

- (1) Todos os dias, antes de o trabalho começar, examine as ferramentas, máquinas e equipamentos elétricos para verificar se há partes danificadas que possam pôr o operador em perigo. Se não for seguro usar a ferramenta, máquina ou equipamento, coloque-o imediatamente fora de serviço e identifique-o como “defeituoso” até que seja reparado ou substituído.
- (2) Todos os dispositivos de segurança e todas as proteções têm de estar no devido lugar e em boas condições. Nunca use ferramentas, máquinas ou equipamento elétricos que tenham uma proteção danificada ou cuja proteção tenha sido removida.

- (3) As ferramentas, máquinas e o equipamento só devem ser usados com o objetivo para o qual foram projetados.
- (4) Tem de desligar as ferramentas elétricas da sua fonte de alimentação ao fazer a sua manutenção, tal como ao trocar lâminas ou brocas.
- (5) Ninguém deve tocar numa máquina ou num equipamento em tensão. Tem de ser seguido o procedimento de bloqueio/sinalização ao fazer a limpeza, manutenção, reparação ou remoção de objetos encravados.

4. Ferramentas de fixação a pólvora e pneumáticas:

- (1) Apenas operadores com formação e autorização da supervisão podem usar ferramentas de fixação a pólvora e pneumáticas. Dependendo da legislação local, pode ser necessário os operadores obterem uma credencial ou outra certificação. — DC-80 n.º F14.
- (2) Todos os operadores que usam ferramentas de fixação a pólvora e pneumáticas, e aqueles que estiverem a trabalhar por perto, têm de utilizar equipamento de proteção individual adequado, tal como proteção ocular, auditiva e facial.
- (3) As ferramentas de fixação a pólvora só devem ser carregadas quando estiverem prontas para serem usadas. Nunca armazene nem deixe sem supervisão uma ferramenta de fixação a pólvora que está carregada.
- (4) Nunca aponte uma ferramenta de fixação a pólvora ou pneumática em direção ao seu corpo, nem ao de outra pessoa.
- (5) Utilize apenas os fixadores concebidos especificamente para o material que está a ser perfurado.

5. Lasers:

- (1) Apenas operadores com formação e autorização da supervisão, podem usar o equipamento a *laser*.
- (2) Deve ser afixada sinalética de aviso quando estiver a ser utilizado um *laser*.
- (3) Quando estiver a ser utilizado um equipamento a *laser*, apenas os envolvidos devem ter acesso à área de trabalho.
- (4) Todos os que estiverem na área afetada por *lasers* têm de usar óculos de proteção para *lasers*.
- (5) Tem de posicionar o *laser* para que o feixe não penetre diretamente nos olhos de uma pessoa. Quando o equipamento a *laser* não estiver a ser usado, o feixe deve ser tapado.

6. Equipamento pesado e veículos de construção:

- (1) Apenas operadores com formação, experiência e autorização da supervisão podem operar equipamento pesado ou veículos de construção. Além disso, se a legislação local assim o exigir, poderá ser necessário os operadores obterem uma credencial ou outra certificação.
- (2) Todos os dias, antes de o trabalho começar, inspecione todo o equipamento pesado para confirmar se está em condições seguras. Por exemplo, inspecione todos os comandos, travões, alarmes e buzinas. — DC-80 n.º F15.

- (3) As condições deste equipamento têm de estar de acordo com a legislação de segurança local. No local de obra deve haver cópias de quaisquer certificados de testes à segurança e da documentação do seguro, se isso for exigido.
- (4) Todos têm de usar coletes ou roupa de alta visibilidade ao conduzir veículos ou na presença de equipamento pesado.
- (5) O plano de segurança do local de obra deve incluir um fluxo do tráfego que separe as vias de circulação dos veículos das dos peões e evite a necessidade do equipamento circular em dois sentidos. Se não for possível estabelecer uma via de circulação de veículos de sentido único, tem de ser colocada sinalética de aviso no local de obra para avisar que o tráfego tem dois sentidos.
- (6) Têm de ser usados sinaleiros para ajudar os operadores de veículos e de equipamento pesado, especialmente se o operador tiver a visão do percurso obstruída, como ao fazer marcha atrás ou se houver perigo de alguém ser lesionado pelo equipamento ou pela sua carga.
- (7) Apenas podem ser usados sinaleiros com formação e autorização da supervisão. Os sinaleiros têm de estar sempre no campo de visão do operador e permanecer longe do percurso do veículo. Os sinaleiros não devem realizar mais nenhum tipo de trabalho enquanto estiverem a ajudar os operadores.
- (8) Os operadores têm de usar sempre cinto de segurança quando estiverem a operar equipamento pesado.
- (9) Os operadores não devem usar telemóveis ao operar equipamento pesado, exceto se o dispositivo for usado para comunicar com os sinaleiros e se fazer isso não violar a legislação local.
- (10) Os operadores têm de calcular e gerir a capacidade de carga do seu equipamento e devem circular apenas nas superfícies adequadas a essa capacidade de carga.
- (11) Os operadores têm de garantir que antes de transportar qualquer carga, esta está adequadamente fixa e, se for de grandes dimensões, cumpre com a legislação local.
- (12) Todas as partes de um veículo ou de equipamento pesado têm de ficar a pelo menos 3 metros de distância das linhas elétricas aéreas.

7. **Gruas:** Se forem realizados trabalhos com gruas no local de obra, todos os aspetos sobre o funcionamento das gruas, incluindo a segurança dos operadores, sinaleiros e do equipamento, têm de estar de acordo com a legislação local. A supervisão também tem de garantir que estão a ser seguidas as orientações do formulário *Segurança ao Operar uma Grua* (A-134).

TRABALHAR EM ALTURA

8. **Prevenção/proteção antiqueda:** As quedas são a causa mais comum de lesões graves e mortes em trabalhos de construção e manutenção. Existem riscos significativos até em trabalhos a uma altura relativamente baixa. Por isso, os superintendentes têm de garantir que todos os trabalhos em altura são realizados com proteção. O principal modo de conseguir isso é através do sistema de prevenção antiqueda, tal como a proteção lateral das bordas, guarda-corpos ou retenção de queda. Se um sistema de prevenção antiqueda não for prático, será necessário usar um sistema de proteção antiqueda, tal como um sistema de retenção de quedas, para proteger quem faz o trabalho. Apenas manter a distância de uma borda desprotegida enquanto estiver a trabalhar não é suficiente.

- (1) “Trabalhar em altura” é definido como trabalhar num local com risco de queda de uma altura de 1,8 metros ou mais. Qualquer pessoa que esteja a trabalhar em altura tem de ter autorização da supervisão.
- (2) Os que estiverem a planear ou a supervisionar os trabalhos em altura têm de garantir que estão a ser seguidas as orientações do formulário *Trabalho em Altura* (A-137) e qualquer outra legislação aplicável. — DC-80 n.º E2.
- (3) Um sistema de prevenção ou proteção antiqueda tem de ser montado antes de os trabalhos em altura começarem. A instalação e manutenção desse sistema tem de ser feita por uma pessoa com formação, experiência e autorização da supervisão.
- (4) Antes de se utilizar um equipamento de interrupção de quedas, a supervisão tem de ter um plano e um sistema implementados para resgatar alguém que fique suspenso num arnês.
- (5) Qualquer abertura no chão ou no telhado superior a cinco por cinco centímetros tem de ser tapada. A cobertura tem de suportar o dobro do peso de qualquer carga e deve estar identificada com a palavra “COBERTURA” ou “BURACO” pintada com tinta de alta visibilidade. Tem de estar bem fixada e só pode ser removida por uma pessoa autorizada pela supervisão.
- (6) Ninguém deve ficar em pé, andar ou conduzir em cima de uma cobertura de proteção.

9. Trabalhos em telhados:

- (1) Trabalhar num telhado ou em qualquer outra área a uma altura de 1,8 metros ou mais é considerado trabalho em altura.
- (2) Use apenas os pontos de acesso ao telhado aprovados pela supervisão. Se o telhado estiver escorregadio, devido à chuva ou geada, evite aceder ao telhado até ser seguro fazê-lo.
- (3) Todos devem sair do telhado quando surgirem condições climáticas adversas, tais como nuvens escuras, ventos fortes, raios ou chuva.
- (4) Não sobrecarregue o telhado com materiais ou pessoas.
- (5) Mantenha todas as ferramentas e materiais que não estiverem a ser usados a um mínimo de 60 centímetros das bordas desprotegidas de um telhado.
- (6) Se não for seguro andar em cima das claraboias, estas têm de ser protegidas com um sistema de prevenção antiqueda.

10. Andaimos:

- (1) Os andaimos têm de ser montados e desmontados apenas sob a supervisão de uma pessoa com formação, experiência e autorização da supervisão. Implemente medidas de prevenção antiqueda durante o processo de montagem e desmontagem. — DC-80 n.º E3; *Trabalho em Altura* (A-137).
- (2) Ao seleccionar andaimos, considere a localização, duração e o tipo de trabalho que será realizado, quer seja um trabalho ligeiro, médio ou pesado.
- (3) Todos os dias, antes de o trabalho começar, os andaimos devem ser inspecionados e identificados como “seguro para usar”, “cuidado”, “inseguro para usar”. Isto deve ser feito por uma pessoa com formação, experiência e autorização da supervisão.

- (4) Todos os andaimes têm de ser montados numa superfície sólida e estável. Todos os andaimes exteriores com 4 metros de altura ou mais devem ficar fixos a apoios firmes e/ou estabilizadores para impedir que se movam ou tombem.
- (5) Todos os lados abertos dos andaimes têm de ter guarda-corpos e, onde existe o perigo de ferramentas ou materiais caírem sobre as pessoas abaixo, têm de ser instalados rodapés.
- (6) A distância entre os andaimes e a estrutura deve ser de 10 centímetros ou menos, ou de 20 centímetros durante a montagem de uma parede. Adicionalmente, as pranchas devem ser montadas de forma a não haver espaços entre elas.
- (7) Os que fazem o trabalho devem usar uma escada ou torre de escada para aceder às plataformas do andaime. Não suba pelo exterior dos andaimes, nomeadamente pelas extremidades ou pelas barras diagonais, a menos que os andaimes tenham escadas incorporadas.
- (8) Quem faz o trabalho não se deve inclinar ou esticar sobre os guarda-corpos. Mude os andaimes de lugar, se necessário.
- (9) Não sobrecarregue os andaimes com materiais ou pessoas.
- (10) Ninguém deve estar em cima dos andaimes enquanto estiverem em deslocação. Se não estiverem a ser deslocados, as rodas têm de estar travadas.

11. Plataformas elevatórias:

- (1) Apenas operadores com formação, experiência e autorização da supervisão, podem usar plataformas elevatórias. Se a legislação local assim o exigir, poderá ser necessário os operadores obterem uma credencial ou outra certificação. — DC-80 n.º E6; *Trabalho em Altura* (A-137).
- (2) Todos os dias, antes de o trabalho começar, as plataformas elevatórias têm de ser inspecionadas de acordo com as instruções do fabricante.
- (3) Todos aqueles que trabalham numa plataforma elevatória têm de usar arnês e elemento de ligação sempre que a plataforma estiver elevada, exceto se houver indicação contrária no formulário *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho* (DC-83).
- (4) Ninguém deve subir a uma plataforma elevatória através dos guarda-corpos nem se inclinar sobre estes.
- (5) O operador tem de estar sempre atento à sua posição em relação às outras pessoas, máquinas ou obstruções, especialmente quando estiver a elevar, baixar ou movimentar a plataforma elevatória.
- (6) Ninguém deve estar a uma distância inferior a 2 metros de uma plataforma elevatória quando esta estiver em funcionamento.

TAREFAS DE ALTO RISCO

12. Trabalhos elétricos:

- (1) Os trabalhos elétricos têm de ser realizados apenas por pessoas com formação, experiência e autorização da supervisão. Se a legislação local assim o exigir, os trabalhos elétricos têm de ser realizados e/ou supervisionados por um profissional credenciado. — DC-80 n.º G10.
- (2) Nunca se devem realizar trabalhos em equipamento elétrico em tensão. No entanto, se alguém com formação e experiência determinar que tem de ser realizado um trabalho num equipamento em tensão, e se a supervisão aprovar, tem de ser

implementado e cuidadosamente seguido um procedimento de segurança para trabalhos em tensão.

- (3) Todos os equipamentos elétricos em tensão, como tomadas, interruptores, cabos e quadros elétricos têm de estar protegidos, de forma a evitar contactos acidentais.
- (4) Durante a construção, todas as tomadas elétricas têm de possuir disjuntores de proteção diferencial (ligação à terra).
- (5) Antes de serem utilizadas, todas as instalações elétricas têm de ser verificadas por uma pessoa com formação e experiência. A verificação tem de garantir que a instalação é segura e cumpre toda a legislação local.

13. Procedimento de bloqueio/sinalização:

- (1) Para evitar a energização inesperada ou o arranque acidental de um circuito elétrico, de um sistema pressurizado ou de qualquer outra maquinaria ou equipamento durante os trabalhos de instalação, limpeza, reparação ou manutenção, siga cada um dos passos do procedimento de bloqueio/sinalização listados abaixo.
 - INSPECIONE todas as fontes de energia e registe-as nos formulários *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho* (DC-83) ou *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho na Congregação* (DC-85), mencionando o “bloqueio/sinalização” como medida de controlo. Se estiver disponível, consulte o procedimento de bloqueio/sinalização do fabricante para esse sistema ou máquina em particular. — DC-80 n.º F2; *Bloqueio/Sinalização* (A-128).
 - INFORME quem trabalha no local que o sistema, a máquina ou o equipamento estará bloqueado.
 - DESLIGUE todas as fontes de energia do sistema, da máquina ou do equipamento que identificou por acionar o botão de paragem ou o interruptor.
 - ISOLE o sistema, a máquina ou o equipamento das suas fontes de energia pela ordem correta. Por exemplo, desligue circuitos, feche as válvulas e bloqueie as partes móveis.
 - BLOQUEIE o(s) dispositivo(s) de isolamento de energia. Cada pessoa que estiver a trabalhar no sistema, na máquina ou no equipamento tem de colocar o seu cadeado e etiqueta de sinalização pessoal no dispositivo de isolamento de energia.
 - DISSIPE ou liberte toda a energia armazenada ou residual.
 - VERIFIQUE se todas as fontes de energia foram isoladas e se estão num estado de energia zero. A verificação deve garantir que o sistema, a máquina ou o equipamento não se irá ligar e que não resta nenhuma energia.
- (2) Depois de terminar o trabalho, siga cada um dos passos da lista abaixo para restaurar a energia.
 - COMPROVE se todos os itens estranhos foram removidos do sistema, da máquina ou do equipamento, se as proteções foram reinstaladas e se todos as pessoas estão afastadas da área.
 - VERIFIQUE se o botão de paragem está acionado ou se o interruptor de controlo está desligado.

- RETIRE todo o equipamento de bloqueio/sinalização dos dispositivos de isolamento de energia. Cada pessoa é responsável por retirar o seu próprio cadeado e etiqueta de sinalização.
- RESTAURE a energia de acordo com o procedimento de bloqueio/sinalização do fabricante, se este estiver disponível. Por exemplo, religar os circuitos, abrir as válvulas e desbloquear as partes móveis.
- INFORME os que trabalham na área que o sistema, a máquina ou o equipamento pode ser usado.

14. Abertura de valas e escavações:

- (1) A supervisão tem de garantir que são seguidas as orientações do formulário *Segurança em Abertura de Valas e Escavações* (A-132) e qualquer outra legislação local, e que todos os que realizam o trabalho receberam formação adequada. — DC-80 n.º F16.
- (2) Uma pessoa com formação, experiência e autorização da supervisão, tem de garantir que as valas e escavações são inspecionadas usando o formulário *Lista de Verificação de Abertura de Valas e Escavações* (A-133). Isto deve ser feito todos os dias, antes de o trabalho começar, ou se necessário, com mais frequência, nomeadamente depois de chover.
- (3) Antes de os trabalhos de escavação começarem, contacte os serviços públicos da sua localidade para confirmar se existem infraestruturas públicas na área a escavar, conforme solicitado nas orientações *Segurança em Abertura de Valas e Escavações*.
- (4) Se houver o risco de queda numa vala ou escavação com 1,8 metros ou mais, têm de ser adotadas medidas de prevenção antiqueda.

15. Trabalhos a quente:

- (1) A supervisão tem de garantir que estão a ser seguidas as precauções do esboço de segurança *Realização de Trabalhos a Quente* (DC-80 n.º G9) e qualquer outra legislação local. — DC-80 n.º G3; *Prevenção contra Incêndios* (A-121).
- (2) A supervisão deve criar uma área designada para os trabalhos a quente, onde apenas se permite a entrada daqueles que vão realizar os trabalhos a quente. Deve ser afixada sinalética de aviso que identifique claramente esta área de trabalhos a quente.
- (3) Tem de ser preenchida uma *Autorização de Trabalhos a Quente* (DC-80 n.º G9a), se for realizado qualquer trabalho a quente fora da área designada para trabalhos a quente.
- (4) Devem ser usadas barreiras e/ou biombos não inflamáveis para proteger outros dos potenciais perigos associados aos trabalhos a quente.
- (5) Sempre que os trabalhos a quente forem realizados fora da área designada para trabalhos a quente, tem de estar presente um vigia de incêndio. Cada vigia de incêndio tem de preencher o *Relatório do Vigia de Incêndio* (DC-80 n.º G3a).
- (6) Tem de ser usado equipamento de proteção individual para evitar os potenciais perigos de realizar trabalhos a quente, incluindo proteção ocular e facial e vestuário retardador ou resistente à chama.

16. Gases refrigerantes e comprimidos:

- (1) Apenas uma pessoa com formação, experiência e autorização da supervisão, deve realizar trabalhos com gás refrigerante. Se a legislação local assim o exigir, a pessoa tem de ser um profissional credenciado.
- (2) As botijas de gás comprimido têm de ser manuseadas e transportadas na posição vertical usando um carrinho de mão ou outro meio concebido para esse propósito. Quando transportar as botijas para fora do local de obra, certifique-se de que todos os rótulos exigidos pelo governo local estão no devido lugar e que a documentação de material perigoso foi elaborada.
- (3) Todas as botijas de gás comprimido têm de estar equipadas com uma válvula de alívio de pressão. Antes de usar uma botija, uma pessoa com formação, experiência e autorização da supervisão, tem de instalar uma válvula antirretorno de chama e um regulador (compatíveis com o tipo de gás). — DC-80 n.º G5.
- (4) As botijas de gás comprimido têm de ser armazenadas numa área bem ventilada e têm de estar presas, nomeadamente com correntes, numa posição vertical. As tampas de proteção das válvulas têm de estar bem colocadas quando as botijas não estiverem em uso. Os materiais combustíveis ou inflamáveis nunca devem ser armazenados perto das botijas. — DC-80 n.º G5.

17. Demolição:

- (1) Projetos com demolições significativas devem ser realizados por um empreiteiro experiente. Se não for possível usar um empreiteiro, a supervisão tem de garantir que são seguidas as orientações encontradas nos formulários *Práticas de Demolição Segura* (A-141), *Identificar Perigos em Demolições* (A-142) e qualquer legislação local, e que todas as pessoas envolvidas receberam formação. — DC-80 n.º F17.
- (2) No sentido de identificar e controlar os potenciais perigos, antes do início da demolição, e com a aprovação da supervisão, tem de se realizar uma inspeção de engenharia e formular um plano de demolição.
- (3) As áreas onde serão realizados os trabalhos de demolição têm de estar claramente identificadas como zonas “Não entrar”. Apenas podem entrar nestas zonas restritas aqueles autorizados pela supervisão e o número dos que estão autorizados deve manter-se no mínimo necessário.
- (4) Devem ser realizadas inspeções diárias nas áreas onde o trabalho de demolição está a decorrer, para garantir que o controlo de potenciais perigos é eficaz e que os novos potenciais perigos são identificados.

18. Trabalhos em espaços confinados:

- (1) A supervisão tem de garantir que estão a ser seguidas as orientações do formulário *Espacos Confinados* (A-131) e qualquer outra legislação local. — DC-80 n.º G4.
- (2) Uma pessoa com formação e experiência tem de analisar os potenciais perigos associados a um espaço confinado para determinar se será ou não necessário uma autorização de entrada antes de se iniciar qualquer trabalho no espaço.
- (3) Somente pessoas com formação, experiência e autorização da supervisão podem entrar num espaço confinado. Ninguém deve entrar num espaço confinado até que a supervisão tenha desenvolvido um plano de entrada e um plano de resgate/recuperação para o espaço.
- (4) Ninguém deve entrar num espaço confinado para tentar resgatar alguém. O resgate deve ser feito somente por uma equipa de resgate treinada, usando equipamento de resgate/recuperação adequado.

19. Condução de veículos:

- (1) Todos os que conduzirem veículos em atividades relacionadas com um projeto são responsáveis pela condução segura do veículo e têm de seguir as orientações que se encontram nos formulários *Condução Segura* (A-123) e *Conduzir em Segurança* (DC-80 n.º H6).
- (2) A supervisão tem de manter uma lista dos condutores aprovados para cada projeto. Os condutores têm de reunir todos os requisitos de licenciamento, de acordo com a legislação local.
- (3) Todos os veículos têm de ser seguros, funcionar bem, estar devidamente registados e ter cobertura de seguro adequada, de acordo com a legislação local.
- (4) Os condutores e todos os passageiros têm sempre de usar os cintos de segurança.
- (5) Só se devem transportar passageiros em áreas aprovadas para as pessoas se sentarem e o número de passageiros não deve exceder o número de cintos de segurança disponíveis. Ninguém deve ir em cima de uma carga, sob nenhuma circunstância.
- (6) Enquanto estão a conduzir, os condutores não devem usar telemóveis para mandar mensagens ou fazer chamadas.
- (7) Os condutores nunca devem conduzir um veículo depois de consumirem álcool, se estiverem sonolentos ou enquanto estiverem a tomar medicação que compromete a sua capacidade de conduzir.
- (8) Os condutores têm de seguir as leis de trânsito locais, bem como os princípios de condução segura, tais como manterem uma velocidade segura, estarem alertas quanto a peões e a mudanças na condição das estradas e do tempo.
- (9) Quando estiver a rebocar um atrelado, siga a legislação local, que pode incluir usar um engate do atrelado, correntes de segurança e iluminação adequados.

O MEU COMPROMISSO COM A SEGURANÇA EM TRABALHOS DE ALTO RISCO

20. Para além do meu compromisso com os pontos referidos no [capítulo 1](#) deste documento, também me comprometo com o seguinte:

- (1) Apenas participarei em trabalhos de alto risco específicos, para os quais eu tenha recebido formação e cuja realização tenha sido aprovada pela supervisão.
- (2) Em vista da minha formação, irei promover uma atitude correta para com a segurança e irei sempre esforçar-me para dar um bom exemplo aos outros.
- (3) Apesar da minha formação, não irei desenvolver excesso de autoconfiança e irei sempre cooperar com a orientação dada por aqueles que estão na supervisão.
- (4) Mais uma vez afirmo que estou firmemente comprometido com o objetivo de haver zero acidentes.

21. A minha participação nos trabalhos de alto risco em projetos de construção e manutenção indica que li o [capítulo 1](#) e [capítulo 2](#) deste documento na sua inteireza, que concordo plenamente com o seu conteúdo e que porei em prática as suas normas, quer sejam transmitidas pela congregação, pelo Departamento Local de Projeto e Construção ou por outra supervisão de construção teocrática.

APÊNDICE A PRINCÍPIOS DE SEGURANÇA PARA A SUPERVISÃO

Exemplo pessoal 1
Planeamento 2
Hierarquia de controlos 3-4
Comunicação 5

EXEMPLO PESSOAL

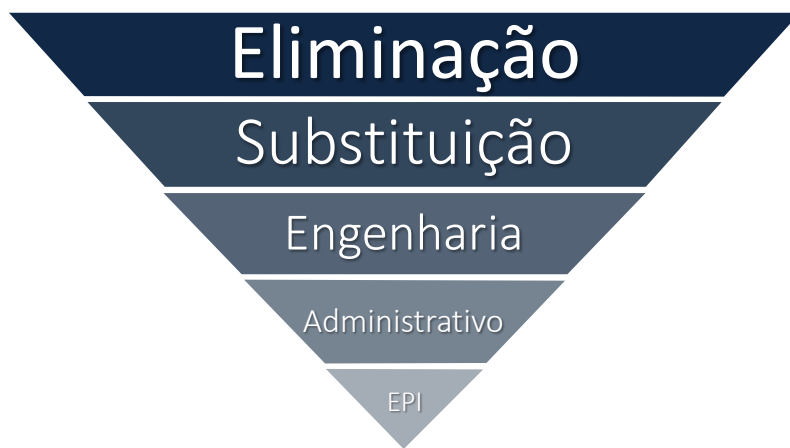
1. Visto que Jeová considera a vida preciosa, um superintendente espiritual dará o exemplo para outros imitarem. Gideão disse aos 300 homens que estavam com ele: “Observem-me e façam exatamente o que eu fizer.” (Juí. 7:17) De seguida, ele deu orientações claras e formação, e tomou a liderança à medida que trabalhava com eles. (Juí. 7:18, 19) Hoje em dia, os superintendentes devem imitar o exemplo de Gideão à medida que tomam a liderança nos projetos teocráticos. Será que os voluntários que trabalharem consigo irão ver que é um superintendente consciente da sua própria segurança e da segurança dos que trabalham consigo? (Pro. 22:3) Se der um bom exemplo como superintendente, por não colocar a produção, finanças ou calendarização à frente da saúde e segurança dos seus irmãos, poderá dizer, tal como Gideão disse aos seus homens: “Observem-me e façam exatamente o que eu fizer.”

PLANEAMENTO

2. Para proteger os outros, temos de conhecer os potenciais perigos existentes num local de obra. Por isso, ao planear uma tarefa, identifique todos os potenciais perigos que possam existir. Provérbios 21:5 diz: “Os planos do diligente certamente dão bons resultados.” Pergunte-se: ‘Como é que o trabalho poderia colocar os voluntários em risco? Como é que os podemos proteger dos perigos? De que formação e equipamento é que irão precisar?’ Têm sido desenvolvidas várias ferramentas para ajudar os superintendentes no planeamento. Antes de designar as tarefas, preencha o formulário *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho* (DC-83) ou o formulário *Análise de Potenciais Perigos do Trabalho na Congregação* (DC-85). Quem supervisiona outros deve estar familiarizado com as orientações de segurança da organização e qualquer legislação local relevante. Quem supervisiona projetos da congregação deve conhecer e aplicar as orientações do conjunto de esboços de segurança DC-80. Os irmãos que supervisionam projetos de maiores dimensões também devem conhecer bem o conjunto de documentos das *Orientações Globais sobre Proteção da Vida e Prevenção de Perdas* (A-120).

HIERARQUIA DE CONTROLOS

3. Após ter identificado todos os potenciais perigos de um projeto, pergunte-se: ‘Qual é a probabilidade de um potencial perigo causar uma lesão ou doença? Quão grave seria essa lesão ou doença?’ (Consulte o formulário *Avaliação de Riscos* [A-130].) As respostas a estas perguntas irão ajudar a determinar o nível de risco que os potenciais perigos apresentam. Tendo em conta essa informação, selecione os melhores métodos de controlo a usar, de acordo com a hierarquia de controlos, conforme demonstrado no seguinte diagrama.



4. A hierarquia de controles é usada para determinar que controles são mais eficazes na redução do risco de lesão ou doença. Os métodos de controle no topo são mais eficazes do que os que estão na base. Para reduzir o risco tanto quanto possível, pode ser necessária uma combinação de um ou mais métodos de controle. A hierarquia segue o seguinte fluxo:

- (1) **Eliminação:** Remova fisicamente o potencial perigo, eliminando consequentemente quaisquer riscos.
- (2) **Substituição:** Substitua o potencial perigo por algo menos perigoso, tal como uma ferramenta mais segura, um produto químico menos tóxico, ou uma máquina mais silenciosa.
- (3) **Controles de engenharia:** Isole as pessoas do potencial perigo, por instalar guarda-corpos ou barreiras, colocar proteções nas máquinas ou proporcionar ventilação.
- (4) **Controles administrativos:** Mude a forma como as pessoas trabalham na presença do potencial perigo, por dar formação, implementar procedimentos de segurança no trabalho, colocar sinalética e etiquetas de sinalização, exigir autorizações, proporcionar rotatividade no trabalho ou planejar o trabalho.
- (5) **Equipamento de proteção individual (EPI):** Reduza a exposição da pessoa que faz o trabalho ao potencial perigo, por exemplo, ao exigir a utilização de proteção da cabeça, calçado de proteção, proteção ocular, aparelhos de proteção respiratória ou proteção auditiva. Visto que os EPIs estão na base da hierarquia, devem ser usados juntamente com outros métodos de controle.

COMUNICAÇÃO

5. É essencial haver uma boa comunicação para garantir que os voluntários sabem como trabalhar em segurança na presença de potenciais perigos. Os superintendentes e voluntários devem partilhar continuamente informação relacionada com os potenciais perigos do trabalho, a eficácia dos controles e quaisquer questões sobre saúde e segurança que possam surgir durante um projeto. Aproveite todas as oportunidades para divulgar informação sobre saúde e segurança, por exemplo na formação inicial, nas reuniões diárias de segurança e nas palestras semanais de segurança. Incentive os que têm formação secular de segurança a partilhar o seu conhecimento e experiência com os voluntários. Se um superintendente der um bom exemplo, fizer planos para que o trabalho seja realizado em segurança e mantiver uma boa comunicação, no fim do projeto, poderá dizer, tal como “o bom pastor” Jesus disse ao seu Pai, Jeová: “Não perdi nem sequer um daqueles que me deste.” — João 18:9; 10:14.