



Projeto de Execução



inovARCUS, Lda.



Reabilitação Solar de Artes da Barreira (Fase 1)

Rua de S. Salvador 2410-023 Leiria

Plano de Segurança e Saúde (fase de projeto)

Município de Leiria

ÍNDICE

1.	Introdução	2
1.1.	Objetivos	2
1.2.	Desenvolvimento do Plano de Segurança e Saúde para a execução da obra	2
2.	Descrição da empreitada	3
2.1.	Descrição dos trabalhos	3
3.	Gestão de segurança e saúde no estaleiro	3
3.1.	Domínios de responsabilidade de cada interveniente	3
3.2.	Políticas de segurança, integração de subempreiteiros e trabalhadores independentes	6
3.3.	Informação e formação de trabalhadores	6
3.4.	Registo de acidentes	7
3.5.	Outros documentos	8
4.	Movimentação manual de cargas	9
4.1.	Medidas gerais de prevenção	9
4.2.	Avaliação de referência de risco	9
4.3.	Reavaliação dos elementos de risco	10
4.4.	Consulta dos trabalhadores	10
4.5.	Informação e formação dos trabalhadores	10
5.	Riscos evidenciados e medidas preventivas a adotar	10
5.1.	Trabalhos com riscos especiais	10
5.2.	Descrição dos produtos e materiais	13
6.	Gestão e organização geral do estaleiro	13
6.1.	Estaleiros partilhados por diversas Entidades Executantes	13
6.2.	Condicionantes locais	13
6.3.	Projeto de estaleiro	14
6.4.	Instalações sociais e equipamentos de apoio	15
6.5.	Circulações Internas e sinalização	17
6.6.	Utilização e Controlo dos Equipamentos	27
6.7.	Planificação das atividades e cronograma de trabalhos	27
6.8.	Medidas de socorro e evacuação	28
6.9.	Medidas correntes de organização do estaleiro	30
7.	Compilação técnica	31
8.	Legislação aplicável	32
9.	Anexos	35

1. Introdução

O presente Plano de Segurança e Saúde é referente à obra de Reabilitação do Solar das Artes da Barreira – Fase 1, Jardim.

A localização do imóvel é na Estrada N543, lugar de Barreira e concelho de Leiria, tendo sido elaborado de acordo com os projetos licenciados e condicionantes do local.

1.1. Objetivos

Com este PSS pretende-se obter elevados níveis de segurança. Importa, pois:

- Eliminar os riscos;
- Avaliar os que não possam ser eliminados;
- Combatê-los na origem;
- Reduzir o tempo de exposição e o número de trabalhadores expostos ao risco;
- Adaptar o trabalho ao homem;
- Substituir o que é perigoso pelo que é isento de perigo ou menos perigoso;
- Prevaler a proteção coletiva sobre a proteção individual;
- Proporcionar a informação e instrução adequadas;
- Planificar a prevenção.

Por forma a que as medidas a tomar sejam integradas num todo coerente.

1.2. Desenvolvimento do Plano de Segurança e Saúde para a execução da obra

O Plano de Segurança e Saúde em projeto apresentado deverá ser objeto de desenvolvimento e especificação pela Entidade Executante da obra, de modo a complementar as medidas previstas.

Deverá ser tido em conta o facto de que se prevêem duas fases repartidas pelos dois edifícios existentes.

Para o efeito de aprovação do Plano de Segurança e Saúde para a execução de obra, a Entidade Executante deverá, até ao Ato de Assinatura do Contrato, apresenta-lo ao Dono de Obra.

A preparação e atualização permanente do Plano de Segurança e Saúde para a execução de obra é responsabilidade da Entidade Executante.

O Plano de Segurança e Saúde em projeto apresentado deverá ter continuidade em obra, com o Plano de Segurança e Saúde em Obra a apresentar pelo empreiteiro, que corresponde à estrutura indicada no Anexo II do Decreto-Lei n.º 273/2003 de 29 de Outubro. É parte integrante do Plano de Segurança e Saúde para a execução de obra, um conjunto de anexos que correspondem aos elementos a juntar de acordo com Anexo III do diploma legal anteriormente mencionado.

Esta estrutura foi adotada de forma a ser possível cumprir com a filosofia de um só Plano de Segurança – duas fases.

2. Descrição da empreitada

2.1. Descrição dos trabalhos

A presente empreitada compreende os seguintes trabalhos:

- Montagem do estaleiro
- Desativação das redes técnicas no Jardim
- Desmonte e transporte de equipamentos
- Escavações e transporte a vazadouro
- Execução da estrutura de betão armado e metálica
- Execução e reparação de alvenarias
- Reparação e execução de pavimentos exteriores
- Abertura de roços
- Redes prediais de águas e esgotos domésticos
- Isolamento e impermeabilizações
- Rede elétrica, telecomunicações e incêndios
- Rebocos
- Pinturas interiores e exteriores
- Instalação de loiças sanitárias
- Carpintarias e mobiliário
- Arranjos exteriores
- Parque infantil
- Remoção do estaleiro

3. Gestão de segurança e saúde no estaleiro

3.1. Domínios de responsabilidade de cada interveniente

3.1.1. Dono da Obra

O dono da obra, pessoa coletiva por conta de quem a obra é realizada, deve:

- Nomear os coordenadores de segurança em projeto e em obra, nas situações referidas nos n.º 1 e 2 do artigo 9.º;
- Elaborar ou mandar elaborar o plano de segurança e saúde, de acordo com os artigos 5.º e 6.º;
- Assegurar a divulgação do plano de segurança e saúde, de acordo com o disposto no artigo 8.º;
- Aprovar o desenvolvimento e as alterações do plano de segurança e saúde para a execução da obra;
- Comunicar previamente a abertura do estaleiro à Inspeção-geral do Trabalho, nas situações referidas no n.º 1 do artigo 15.º;
- Entregar à entidade executante cópia da comunicação prévia da abertura do estaleiro, bem como as respetivas atualizações;
- Elaborar ou mandar elaborar a compilação técnica da obra;

- Se intervierem em simultâneo no estaleiro duas ou mais entidades executantes, designar a que, nos termos da alínea i) do n.º 2 do artigo 19.º, tomar as medidas necessárias para que o acesso ao estaleiro seja reservado a pessoas autorizadas;
- Assegurar o cumprimento das regras de gestão e organização geral do estaleiro a incluir no plano de segurança e saúde em projeto definidas no anexo I.

3.1.2. Autor(es) do projeto

O autor do projeto da obra, adiante designado por autor do projeto, pessoa singular, reconhecida como projetista, que elabora ou participa na elaboração do projeto da obra, deve:

- Elaborar o projeto da obra de acordo com os princípios definidos no artigo 4.º e as diretivas do coordenador de segurança em projeto;
- Colaborar com o dono da obra, ou com quem este indicar, na elaboração da compilação técnica da obra;
- Colaborar com o coordenador de segurança em obra e a entidade executante, prestando informações sobre aspetos relevantes dos riscos associados à execução do projeto.

3.1.3. Entidade executante

A entidade executante, pessoa singular ou coletiva que executa a totalidade ou parte da obra, de acordo com o projeto aprovado e as disposições legais ou regulamentares aplicáveis, pessoa autorizada a exercer a atividade de empreiteiro de obras públicas ou de industrial de construção civil, que esteja obrigada mediante contrato de empreitada com aquele a executar a totalidade ou parte da obra, deve:

- Avaliar os riscos associados à execução da obra e definir as medidas de prevenção adequadas e, se o plano de segurança e saúde for obrigatório nos termos do n.º 4 do artigo 5.º, propor ao dono da obra o desenvolvimento e as adaptações do mesmo;
- Dar a conhecer o plano de segurança e saúde para a execução da obra e as suas alterações aos subempreiteiros e trabalhadores independentes, ou pelo menos a parte que os mesmos necessitam de conhecer por razões de prevenção;
- Elaborar fichas de procedimentos de segurança para os trabalhos que impliquem riscos especiais e assegurar que os subempreiteiros e trabalhadores independentes e os representantes dos trabalhadores para a segurança, higiene e saúde no trabalho que trabalhem no estaleiro tenham conhecimento das mesmas;
- Assegurar a aplicação do plano de segurança e saúde por parte dos seus trabalhadores, de subempreiteiros e trabalhadores independentes;
- Assegurar que os subempreiteiros cumpram, na qualidade de empregadores, as obrigações previstas no artigo 22.º;
- Assegurar que os trabalhadores independentes cumpram as obrigações previstas no artigo 23.º;
- Colaborar com o coordenador de segurança em obra, bem como cumprir e fazer respeitar por parte de subempreiteiros e trabalhadores independentes as diretivas daquele;
- Tomar as medidas necessárias a uma adequada organização e gestão do estaleiro, incluindo a organização do sistema de emergência;
- Tomar as medidas necessárias para que o acesso ao estaleiro seja reservado a pessoas autorizadas;

- Organizar um registo atualizado dos subempreiteiros e trabalhadores independentes por si contratados com atividade no estaleiro, nos termos do artigo 21º;
- Fornecer ao dono da obra as informações necessárias à elaboração e atualização da comunicação prévia;
- Fornecer ao autor do projeto, ao coordenador de segurança em projeto, ao coordenador de segurança em obra ou, na falta destes, ao dono da obra os elementos necessários à elaboração da compilação técnica da obra.

3.1.4. Representante da entidade executante

O representante da entidade executante é o técnico designado pela entidade executante para assegurar a direção efetiva do estaleiro.

3.1.5. Coordenador de segurança em obra

O coordenador de segurança em obra, pessoa singular ou coletiva que executa, durante a realização da obra, as tarefas de coordenação em matéria de segurança e saúde previstas no presente diploma, deve no que respeita à execução desta:

- Apoiar o dono da obra na elaboração e atualização da comunicação prévia prevista no artigo 15.º;
- Apreçar o desenvolvimento e as alterações do plano de segurança e saúde para a execução da obra e, sendo caso disso, propor à entidade executante as alterações adequadas com vista à sua validação técnica;
- Verificar a coordenação das atividades das empresas e dos trabalhadores independentes que intervêm no estaleiro, tendo em vista a prevenção dos riscos profissionais;
- Promover e verificar o cumprimento do plano de segurança e saúde, bem como das outras obrigações da entidade executante, dos subempreiteiros e dos trabalhadores independentes, nomeadamente no que se refere à organização do estaleiro, ao sistema de emergência, às condicionantes existentes no estaleiro e na área envolvente, aos trabalhos que envolvam riscos especiais, aos processos construtivos especiais, às atividades que possam ser incompatíveis no tempo ou no espaço e ao sistema de comunicação entre os intervenientes na obra;
- Coordenar o controlo da correta aplicação dos métodos de trabalho, na medida em que tenham influência na segurança e saúde no trabalho;
- Promover a divulgação recíproca entre todos os intervenientes no estaleiro de informações sobre riscos profissionais e a sua prevenção;
- Registar as atividades de coordenação em matéria de segurança e saúde no livro de obra, nos termos do regime jurídico aplicável ou, na sua falta, de acordo com um sistema de registos apropriado que deve ser estabelecido para a obra;
- Assegurar que a entidade executante tome as medidas necessárias para que o acesso ao estaleiro seja reservado a pessoas autorizadas;
- Informar regularmente o dono da obra sobre o resultado da avaliação da segurança e saúde existente no estaleiro;
- Informar o dono da obra sobre as responsabilidades deste no âmbito do presente diploma;
- Analisar as causas de acidentes graves que ocorram no estaleiro;

- Integrar na compilação técnica da obra os elementos decorrentes da execução dos trabalhos que dela não constem.

3.1.6. Estaleiros temporários ou móveis

A seguir designados por estaleiros, os locais onde se efetuam trabalhos de construção de edifícios ou trabalhos referidos no nº 2 do artigo 2º, bem como os locais onde, durante a obra, se desenvolvem atividades de apoio direto aos mesmos.

3.1.7. Fiscal (is) da obra

O fiscal da obra, pessoa singular ou coletiva que exerce, por conta do dono da obra, a fiscalização da execução da obra, de acordo com o projeto aprovado, bem como do cumprimento das disposições legais e regulamentares aplicáveis; se a fiscalização for assegurada por dois ou mais representantes, o dono da obra designará um deles para chefiar.

3.1.8. Director técnico da empreitada

O director técnico da empreitada é o técnico designado pelo adjudicatário da obra pública e aceite pelo dono da obra, nos termos do regime jurídico das empreitadas de obras públicas, para assegurar a direção técnica da empreitada.

3.1.9. Subempreiteiro

A pessoa singular ou coletiva autorizada a exercer a atividade de empreiteiro de obras públicas ou de industrial de construção civil que executa parte da obra mediante contrato com a entidade executante;

3.1.10. Trabalhador independente

A pessoa singular que efetua pessoalmente uma atividade profissional, não vinculada por contrato de trabalho, para realizar uma parte da obra a que se obrigou perante o dono da obra ou a entidade executante; pode ser empresário em nome individual.

3.2. Políticas de segurança, integração de subempreiteiros e trabalhadores independentes

A Entidade Executante deve assegurar que o Plano de Segurança e Saúde e as suas alterações estejam acessíveis a todos os intervenientes no estaleiro, bem como promover a divulgação do mesmo e obrigar os subempreiteiros e trabalhadores independentes ao cumprimento das medidas nele previstas, obrigatoriedade essa que deve ter expressão contratual.

Para tal, a Entidade Executante deve fazer a entrega aos subempreiteiros dos elementos constantes do Plano de Segurança e Saúde que estabeleçam as medidas de prevenção de riscos profissionais correspondentes a cada operação incluída nos trabalhos a desenvolver por cada subempreiteiro / trabalhador independente.

A entrega daqueles documentos deve ser acompanhada de uma declaração de compromisso de execução das referidas medidas de prevenção por parte de cada subempreiteiro.

A Entidade Executante deve colaborar com o Coordenador de Segurança em Obra e cumprir e fazer respeitar por parte dos subempreiteiros e trabalhadores independentes as diretivas daquele.

Neste sentido, a Entidade Executante deve transmitir aos subempreiteiros e aos trabalhadores independentes a nomeação de Coordenadores de Segurança em Obra, divulgando as correspondentes declarações de nomeação pelo Dono de Obra e de aceitação pelo Coordenador.

3.3. Informação e formação de trabalhadores

Modalidades de cooperação e difusão da informação (entidade executante, subempreiteiros, técnicos de segurança e higiene no trabalho, trabalhadores por conta de outrem e trabalhadores independentes)

Nos termos da Lei-Quadro sobre segurança, higiene e saúde no trabalho, constitui obrigação da Entidade Executante e/ou Entidade Empregadora assegurar a formação e informação dos trabalhadores tendo em conta as funções que desempenham e o posto de trabalho que ocupam.

A Formação e Informação dos Trabalhadores poderá incluir ações de diversa ordem, de que se salientam:

- Proporcionar condições para a formação específica de trabalhadores;
- Promover ações de sensibilização para a generalidade dos trabalhadores;
- Calendarizar reuniões periódicas por grupos de trabalhadores;
- Afixar informações gerais realçando aspetos essenciais.

Todas as ações do âmbito da Formação e Informação dos Trabalhadores devem ser registadas, incluindo nomeadamente, registos de presenças, tema abordado, duração, etc.

Devem ser promovidas ações de sensibilização que deverão ter lugar, quer num dos primeiros dias da abertura do estaleiro, quer durante a execução dos trabalhos com periodicidade previamente definida.

Estas ações deverão ser organizadas pela Entidade Executante considerando-se indispensável a participação ativa do Coordenador de Segurança em Obra.

Nestas ações deverá ser transmitido ao coletivo dos trabalhadores (incluindo nestes, os subempreiteiros e trabalhadores independentes) a política de segurança da empresa. Ao Coordenador de Segurança e Saúde em Obra competir-lhe-á apresentar de forma sucinta os aspetos essenciais contidos no Plano de Segurança e de Saúde do empreendimento e que interessam à generalidade dos trabalhadores.

Sempre que, no decurso da execução do empreendimento, um novo trabalhador seja integrado no estaleiro, o Director da Obra e/ou Coordenador de Segurança deverá também garantir que lhe sejam fornecidas informações gerais sobre segurança e saúde.

Para além dessas ações de sensibilização dirigidos a todos os trabalhadores do empreendimento, será boa prática prever-se reuniões periódicas com grupos de trabalhadores.

3.4. Registo de acidentes

Sempre que ocorra um acidente (leve, grave ou mortal) deve ser efetuado um inquérito, registando-se todas as informações relevantes que permitam uma análise detalhada desse acidente.

Em caso de acidente grave ou mortal, a entidade empregadora do sinistrado deve comunicar à ACT no prazo máximo de 24 horas.

A entidade executante deve informar o dono de obra, no caso de acidente grave ou mortal, tão rápido quanto possível, considerando que o dono de obra informará o INCI da ocorrência no prazo máximo de 24 horas.

O inquérito ao acidente ocorrido será registado nas fichas de inquérito de acidente que as entidades oficiais (Inspeção do Trabalho) ou as Companhias de Seguros em geral utilizam e que contêm toda a informação que necessitam para os fins determinados na legislação específica aplicável.

Para além da informação exigida pelas entidades oficiais ou seguradoras, elabora-se uma ficha de relatório de acidente que se apresenta no quadro REGISTO DE ACIDENTE DE TRABALHO, o qual inclui outra informação que se considera necessária para análise interna.

No prazo máximo de uma semana após a data do acidente, a Entidade Executante terá que enviar à Fiscalização o relatório de inquérito de acidente. Esse relatório deve conter no mínimo as causas do acidente

e as medidas de prevenção implementadas, destinadas a evitar a repetição de acidentes do mesmo tipo. Esses relatórios são anexados pela Entidade Executante aos respetivos Registos de Acidentes de Trabalho.

3.5. Outros documentos

3.5.1. Identificação e Saúde dos Trabalhadores

Nos termos da Lei-Quadro sobre segurança, higiene e saúde no trabalho, constitui obrigação da entidade empregadora assegurar a vigilância adequada da saúde dos trabalhadores em função dos riscos a que se encontram expostos.

Na ficha individual de cada trabalhador da obra terá que ser registada a data do último exame médico a que o trabalhador foi sujeito, e o resultado da inspeção médica, atestando a aptidão do trabalhador e data da próxima inspeção médica.

Deve para tal prever-se a forma de assegurar essa vigilância que incluirá exames de saúde obrigatoriamente nos seguintes momentos:

- No momento de entrada de cada trabalhador no estaleiro, se no último ano não foi sujeito a exame médico e consequentemente não existir ficha de aptidão;
- Com periodicidade mínima anual;
- Regresso ao trabalho após ausência superior a 30 dias.

O mesmo será dizer que a Entidade Executante disporá de um serviço de apoio médico à obra à qual ficará incumbida a vigilância da saúde dos trabalhadores, no mínimo nos moldes referidos no parágrafo anterior.

Horário de trabalho

Antes do início dos trabalhos, a Entidade Executante e/ou Entidade Empregadora deverá submeter à aprovação da Fiscalização o Horário de Trabalho que pretende utilizar no decurso da empreitada.

Nos termos da legislação em vigor, a Entidade Executante e/ou Entidade Empregadora deverá patentear no estaleiro, em local bem visível e durante todo o período de execução da empreitada, o horário de trabalho a vigorar no estaleiro.

A realização de trabalhos fora dos períodos previstos no horário em vigor terá que ser submetida a autorização da Fiscalização.

A Fiscalização reserva-se o direito de não autorizar trabalhos fora do horário previsto, se achar que não há fundamento nos motivos apresentados pela Entidade Executante e/ou Entidade Empregadora.

3.5.2. Seguros

Qualquer apólice descrita deverá ser válida no início da execução física dos trabalhos, devendo-se anexar cópias das apólices e comprovativo de validade.

Em caso algum é permitida a permanência no estaleiro de pessoas não cobertas pelo seguro, sendo a Entidade Executante responsável por permitir a permanência de pessoas não cobertas por seguro no estaleiro. É igualmente da responsabilidade da Entidade Executante assegurar que todos os trabalhadores da obra sejam eles do quadro da firma, ou externos na prestação de serviços, estejam cobertos por seguros de acidente de trabalho.

A Fiscalização verificará periodicamente a conformidade dos seguros de acidentes de trabalho da Entidade Executante, através da inspeção aos registos.

4. Movimentação manual de cargas

4.1. Medidas gerais de prevenção

A entidade executante deve adotar medidas de organização do trabalho adequadas ou utilizar os meios apropriados, nomeadamente equipamentos mecânicos, de modo a evitar a movimentação manual de cargas pelos trabalhadores.

Sempre que não seja possível evitar a movimentação manual de cargas, o empregador deve adotar as medidas apropriadas de organização do trabalho, utilizar ou fornecer aos trabalhadores os meios adequados, a fim de que essa movimentação seja o mais segura possível.

4.2. Avaliação de referência de risco

O empregador deve proceder à avaliação dos elementos de referência do risco da movimentação manual das cargas e das condições de segurança e de saúde daquele tipo de trabalho, considerando, nomeadamente:

a) As características da carga:

- Carga demasiado pesada - superior a 30 kg em operações ocasionais e superior a 20 kg em operações frequentes;
- Carga muito volumosa ou difícil de agarrar;
- Carga em equilíbrio instável ou com conteúdo sujeito a deslocações;
- Carga colocada de tal modo que deve ser mantida ou manipulada à distância do tronco, ou com flexão ou torção do tronco;
- Carga suscetível, devido ao seu aspeto exterior e à sua consistência, de provocar lesões no trabalhador, nomeadamente em caso de choque;

b) O esforço físico exigido:

- Quando seja excessivo para o trabalhador;
- Quando apenas possa ser realizado mediante um movimento de torção do tronco;
- Quando possa implicar um movimento brusco da carga;
- Quando seja efetuado com o corpo em posição instável.
- O empregador deve tomar as medidas apropriadas para evitar ou reduzir os riscos, nomeadamente para a região dorso-lombar, nas seguintes situações:
- Espaço livre, nomeadamente vertical, insuficiente para o exercício da atividade em causa;
- Pavimento irregular que implique riscos de tropeçar ou seja escorregadio;
- Pavimento ou plano de trabalho com desníveis que impliquem movimentação manual de cargas em diversos níveis;
- Local ou condições de trabalho que não permitam ao trabalhador movimentar manualmente as cargas a uma altura segura ou numa postura correta;
- Pavimento ou ponto de apoio instáveis;
- Temperatura, humidade ou circulação de ar inadequadas.

O empregador deve tomar, ainda, medidas apropriadas quando a atividade implique:

- Esforços físicos que solicitem, nomeadamente, a coluna vertebral e sejam frequentes ou prolongados;
- Período insuficiente de descanso fisiológico ou de recuperação;
- Grandes distâncias de elevação, abaixamento ou transporte;

- Cadência que não possa ser controlada pelo trabalhador.

4.3. Reavaliação dos elementos de risco

Quando as avaliações dos elementos de referência previstas no artigo anterior revelarem risco para a segurança e saúde dos trabalhadores, o empregador deve adotar os seguintes procedimentos:

- a) Identificar as causas de risco e os fatores individuais de risco, nomeadamente a inadaptação física, e tomar rapidamente as medidas corretivas apropriadas;
- b) Proceder a nova avaliação, a fim de verificar a eficácia das medidas corretivas adotadas.

4.4. Consulta dos trabalhadores

Os trabalhadores, assim como os seus representantes na empresa ou estabelecimento, devem ser consultados sobre a aplicação das medidas previstas no presente diploma.

4.5. Informação e formação dos trabalhadores

O empregador deve facultar aos trabalhadores expostos, assim como aos seus representantes na empresa ou no estabelecimento, informação sobre:

- a) Os riscos potenciais para a saúde derivados da incorreta movimentação manual de cargas;
- b) O peso máximo e outras características da carga;
- c) O centro de gravidade da carga e o lado mais pesado da mesma, quando o conteúdo de uma embalagem tiver uma distribuição não uniforme de peso.

O empregador deve providenciar no sentido de os trabalhadores receberem formação adequada e informações precisas sobre a movimentação correta de cargas.

5. Riscos evidenciados e medidas preventivas a adotar

5.1. Trabalhos com riscos especiais

Esta empreitada inclui diversos trabalhos com riscos especiais para a segurança e saúde dos trabalhadores, particularmente enquadráveis nas alíneas a) e j), do artigo 7º, do Decreto-Lei nº 273/03, de 29 de Outubro, nomeadamente riscos de queda em altura.

Trabalhos	Riscos Potenciais	Medidas Prevenção
Vedação do estaleiro	• Atropelamento/Esmagamento	• Utilização de aviso sonoro de marcha atrás. • Orientação de manobras das viaturas.
	• Colisão de equipamento	• Definição de circuitos de circulação de viaturas e equipamentos. • Utilização obrigatória de aviso sonoro de marcha atrás.
	• Colisão de equipamento	• Definição de circuitos de circulação de viaturas e equipamentos. • Utilização obrigatória de aviso sonoro de marcha atrás.
	• Cortes e escoriações	• Uso de EPI.
Escavações e movimento de terras	• Soterramento	• Interdição da presença de trabalhadores no interior das valas quando máquinas operam em simultâneo.
	• Atropelamento/Esmagamento	• Utilização de aviso sonoro de marcha atrás. • Orientação de manobras das viaturas.
	• Colisão de equipamento	• Definição de circuitos de circulação de viaturas e equipamentos. • Utilização obrigatória de aviso sonoro de marcha atrás.

Execução de estruturas em betão armado, pré-esforçado e metálicas	• Queda em altura	• Plataformas de trabalho com guardas. • Verificação da correta fixação de carga em operações de movimentação de elementos de descofragem. • Dar especial atenção aos muros de suporte em cave e niscina que deverão • Arrumação do posto de trabalho e área envolvente.
	• Queda ao mesmo nível	
	• Corte, perfuração	• Utilização de luvas de proteção mecânica.
	• Esmagamento	• Não permanecer sob elementos de cofragem em deslocação. • Utilizar cordas de manobra sempre que isso se justifique.
	• Instabilidade da cofragem e plataformas de trabalho	• Verificação de fixação correta dos elementos das cofragens. • Verificação de elementos de escoramento. • Utilização de plataformas de trabalho para operações em altura superiores a 1,70 m
Alvenarias e rebocos	• Queda em altura	• Utilização de plataformas de trabalhos adequados – estáveis com base de trabalho de largura suficiente e com proteções contra queda em altura a partir de 2,00m.
	• Queda de objetos	• Correta arrumação dos materiais.
	• Corte	• Utilização de luvas.
	• Queda ao mesmo nível	• Arrumação do posto de trabalhos e zonas envolventes, bem como detritos resultantes da abertura de roços.
Abertura de roços	• Cortes e escoriações	• Uso de EPI.
	• Quedas ao mesmo nível	• Utilização de reservatórios para depósito dos detritos. • Organização da área envolvente do posto de trabalhos.
	• Inalação de poeiras	• Utilização do EPI adequado.
Execução da redes de águas, esgotos, domésticos. Rede elétrica e telecomunicações. Rede de incêndio.	• Cortes e escoriações	• Uso de EPI.
	• Choques elétricos	• Uso de EPI. • Manutenção periódica dos equipamentos.
	• Queda ao mesmo nível	• Arrumação do posto de trabalhos e zonas envolventes, bem como detritos resultantes da abertura de roços.
Assentamento de pavimentos, revestimentos e loiças sanitárias	• Cortes e escoriações	• Uso de EPI.
	• Choques elétricos	• Uso de EPI. • Manutenção periódica dos equipamentos.
	• Queda ao mesmo nível	• Arrumação do posto de trabalhos e zonas envolventes, bem como detritos resultantes da abertura de roços.
Operações de soldadura	• Queimaduras	• EPI adequado – luvas e máscara.
	• Electrocução	• Verificação de equipamento – isolamentos, sistema de retorno. • Confirmar fichas, tomadas e extensões.
	• Radiações	• Ventilação no local de trabalho.
	• Intoxicação	• Máscara de soldadura. • Luvas de Proteção Mecânica.
	• Explosão	• Verificar estado das garrafas de gás.

Movimentação e montagem de elementos de peso elevado e/ou grande dimensão	Esmagamento	- Planeamento rigoroso dos trabalhos de aplicação da entivação, sobretudo da sequência de colocação dos painéis. - Definição de zonas de interdição de presença de trabalhadores durante operações de colocações de painéis por máquina.
	Queda em altura	Utilização de cinto de segurança – com predefinição de pontos de ancoragem dos cabos nas operações de aperto de extensores de escoramento dos painéis, etc..
Movimento de Máquinas e Equipamentos do Estaleiro	- Atropelamento - Esmagamento - Colisão de Viaturas	- Definição de zonas de circuitos próprios para circulação de viaturas, quando possível (viaturas de transporte de terras). - Máquinas e viaturas devem estar equipados com intermitente e aviso sonoro de marcha atrás. - Definição de distância de segurança a respeitar pelos trabalhadores relativamente aos “braços de escavadoras e equipamentos similares.
	Queda em altura	Correta montagem e utilização dos andaimes – guarda-corpos a partir de 2,00 m de altura.
Pinturas	Queda ao mesmo nível	Arrumação do posto de trabalhos e zonas envolventes.
	Intoxicação	- Utilização de EPI. - Ter atenção à ventilação do local de trabalho.
Pinturas	Queda de objetos	- Utilização de capacete. - Não trabalhar sob negativos desprotegidos.
	- Soterramento - Atropelamento - Esmagamento - Colisão de Viaturas - Queda em altura - Queda ao mesmo nível - Cortes e escoriações	- Interdição da presença de trabalhadores no interior das valas quando máquinas operam em simultâneo. - Definição de zonas de circuitos próprios para circulação de viaturas, quando possível (viaturas de transporte de terras). - Máquinas e viaturas devem estar equipados com intermitente e aviso sonoro de marcha atrás. - Definição de distância de segurança a respeitar pelos trabalhadores relativamente aos “braços de escavadoras e equipamentos similares. - Correta montagem e utilização dos andaimes – guarda-corpos a partir de 2,00 m de altura. - Arrumação do posto de trabalhos e zonas envolventes. - Uso de EPI.
Trabalhos Diversos	Diversos	- Planeamento dos trabalhos; - Verificação de equipamentos prévia à sua utilização; - Arrumação do posto de trabalho e áreas envolventes antes e depois dos trabalhos; - Utilização de plataformas de trabalho corretamente montadas; - Passagem aérea de cabos e extensões; - Não remoção de dispositivo de proteção coletiva, em caso de necessidade de remoção de um dispositivo para a execução de um trabalho, não abandonar o posto de trabalho sem efetuar a sua recolocação.

A Entidade Executante, na adaptação do Plano de Segurança e Saúde para a fase de obra definindo meios, equipamentos e metodologias de trabalho aprofundará as medidas de prevenção – coletiva e individual – adequadas aos riscos especiais identificados.

O Decreto-Lei n.º 348/93, de 1 de Outubro, e a Portaria n.º 988/93, de 6 de Outubro, definem regras de utilização dos equipamentos de proteção individual, devendo estes ser utilizados sempre que os riscos existentes não puderem ser evitados de forma satisfatória por meios técnicos de proteção coletiva ou por medidas, métodos ou processos de organização do trabalho.

Na definição dos EPI que cada trabalhador deverá utilizar, deverão distinguir-se os de uso permanente e os de uso temporário. Os primeiros destinam-se a serem utilizados durante a permanência de qualquer trabalhador no estaleiro. Os segundos serão utilizados pelo trabalhador dependendo do tipo de tarefa que desempenha e dependendo das condições de trabalho excecionais a que este possa vir a estar sujeito.

5.2. Descrição dos produtos e materiais

A presente empreitada inclui alguns materiais com riscos especiais para a segurança e saúde dos trabalhadores.

A Entidade Executante, o Coordenador de Segurança em Obra e a Fiscalização identificarão outros materiais que considerem ser de integrar nessa lista, com vista a prever-se medidas especiais de manipulação de certos materiais, incluindo o correto armazenamento, o respeito pelas regras de utilização do fabricante e o uso do equipamento de proteção individual adequado.

Materiais	Riscos	Avaliação do Risco		
		Baixo	Médio	Alto
Cimento	• Dermatoses • Problemas respiratórios		X	X
Betões e argamassas	• Dermatoses			X
Aditivos para argamassas e betões	• Dermatoses		X	
Inertes e material de escavação	• Silicose por sensibilidade a poeiras • Inflamação dos olhos		X X	
Betuminosos	• Queimaduras • Intoxicação		X X	
Canalizações	• Cortes		X	
Caixilharias	• Cortes, hematomas		X	
Tintas e Vernizes	• Dermatoses • Intoxicação		X X	

6. Gestão e organização geral do estaleiro

6.1. Estaleiros partilhados por diversas Entidades Executantes

Nos casos em que a área do Estaleiro tem de ser partilhada por mais do que uma Entidade Executante – casos nomeadamente da simultaneidade de duas empreitadas distintas, caberá à Fiscalização e à Coordenação de Segurança em obra:

- Definir qual a Entidade Executante que terá a responsabilidade de controlo de acessos ao Estaleiro;
- Definir as medidas concretas de organização do Estaleiro, designadamente quanto à organização do espaço disponível para Estaleiro de apoio, definindo quais as zonas de utilização comum e quais as de utilização exclusiva.

6.2. Condicionantes locais

Deverá ser executado o levantamento dos condicionamentos locais envolventes com o registo de todos os elementos que possam interferir com os trabalhos, bem como identificar situações em que a implantação do Estaleiro ou as atividades a desenvolver possam por em causa a segurança de terceiros.

Deve ter-se em conta o edifício existentes que se manterá em funcionamento, bem como todas as suas redes técnicas e prediais.

6.2.1. Características do terreno e redes técnicas

Caso seja relevante para o planeamento da prevenção de riscos, será necessário fazer o levantamento destas infraestruturas, ou efetuar sondagens para deteção das redes enterradas.

A Entidade executante deverá tomar as medidas adequadas de forma a solicitar a neutralização ou a remoção de redes cujo funcionamento ponha em causa a segurança dos trabalhadores ou manter a funcionalidade das

redes existentes – no caso de a mesma não interferir com a segurança dos trabalhadores, e evitar acidentes durante a execução da obra.

6.2.2. Outros elementos envolventes

Quando existirem trabalhos na via pública a Entidade executante deverá tomar as medidas necessárias para garantir a funcionalidade das vias existentes ou proceder a desvios de tráfego quando tal não for possível, e garantir a segurança dos trabalhadores e terceiros, respeitando sempre o Regulamento de Sinalização de Trânsito. Quando tal for necessário terá que se proceder à delimitação e proteção de circuitos pedonais.

Quando existirem edifícios contíguos, a Entidade executante deverá tomar as medidas necessárias para garantir a segurança de todas as estruturas envolventes, bem como assegurar a proteção contra a queda de materiais ou entulhos, e montar plataformas devidamente calculadas para situações onde haja necessidade de aceder às coberturas dos edifícios vizinhos.

6.3. Projeto de estaleiro

O Projeto do Estaleiro será elaborado pela Entidade Executante, sendo anexado ao Plano de Segurança e Saúde da execução da obra, as alterações que vierem a ser efetuadas. Para o efeito entende-se por Estaleiro os locais onde se efetuam os trabalhos incluídos na empreitada, bem como os locais onde se desenvolvem atividades de apoio direto àqueles trabalhos.

Na elaboração desse projeto deverá ser seguida a regulamentação específica aplicável, e, sem prejuízo da aplicação dessa regulamentação, todas as áreas do estaleiro têm que cumprir as regras indicadas neste Plano de Segurança e Saúde, e outras que o Coordenador de Segurança em Obra e/ou a Fiscalização determinem.

O Projeto do Estaleiro deverá identificar e definir objetivamente através de peças desenhadas e escritas, a implantação e características das instalações de apoio à execução dos trabalhos, dos equipamentos de apoio fixos, das infraestruturas provisórias e de todos os outros elementos que as características dos trabalhos, os métodos e processos construtivos a utilizar determinem.

Pretende-se com isto que haja uma organização e arrumação dos vários elementos do estaleiro, de modo a:

- Reduzir ao mínimo os percursos internos;
- Prever meios para a manutenção e conservação das instalações sociais;
- Prever adequada limpeza de todas as zonas de passagem ou permanência dos trabalhadores;
- Otimizar o espaço ocupado, minimizando essa ocupação do espaço da via pública (passeios e faixas centrais).
- Sem prejuízo do regulamentado, o projeto do estaleiro deverá respeitar, quando aplicável, os aspetos a seguir referidos.
- Os materiais e equipamentos utilizados na execução da obra, assim como os entulhos, situar-se-ão obrigatoriamente no interior da zona vedada, exceto se de outra forma for devidamente autorizado pela Fiscalização, devidamente assinalada nas peças do projeto do estaleiro;
- Os acessos ao estaleiro deverão obrigatoriamente conter a sinalização de segurança, devendo ser assegurado que o acesso ao estaleiro seja reservado apenas a pessoas autorizadas;

Os acessos ao estaleiro devem ser dotados de vigilância de modo a impedir a entrada de pessoas não autorizadas.

Para um controlo correto, a Entidade Executante poderá providenciar um cartão de identificação para cada trabalhador que o mesmo apresentará na entrada ou saídas do estaleiro. Na frente do cartão pode constar o nome do trabalhador, sua categoria profissional, nome da entidade empregadora, e no verso, um conjunto de regras básicas sobre prevenção e segurança na obra.

6.4. Instalações sociais e equipamentos de apoio

As instalações do estaleiro devem de ser reduzidas ao mínimo e dimensionadas e executadas tendo em atenção o espaço disponível na zona envolvente à obra, cumprindo o estipulado no Decreto n.º 46427 de 1965 – Regulamento das Instalações Provisórias Destinadas ao Pessoal Empregado nas Obras.

6.4.1. Instalações Sanitárias

- Pé-direito mínimo: 2,60 m;
- Lavatórios: 1 unidade por 5 trabalhadores;
- Chuveiros: 1 unidade por 20 trabalhadores;
- Urinóis: 1 unidade por 25 trabalhadores;
- Retretes: 1 unidade por 15 trabalhadores;
- Altura mínima das divisórias entre chuveiros e entre retretes: ... 1,7 m;
- Exceto, quando a obra decorra em área não servida por rede de abastecimento de água, estas instalações serão servidas por água corrente, e os chuveiros serão servidos por água quente e fria;
- Estas instalações serão objeto de limpeza e desinfeção diárias.

6.4.2. Refeitório e Cozinha

- Refeitório será coberto e abrigado das intempéries, dotado de água potável e disporá de mesas e bancos em quantidade adequada ao número de trabalhadores da obra;
- Caso se justifique, junto ao refeitório deverá existir uma zona de cozinhas com chaminés e pias com água potável em quantidade adequada ao número de trabalhadores, onde estes possam preparar e tomar as suas refeições;
- Tanto o refeitório como a cozinha devem dispor de portas de abrir para o exterior e meios adequados de combate a incêndios;
- Refeitório e a cozinha a instalar no estaleiro da obra deverão respeitar um pé-direito mínimo de 2,50 m, e uma área mínima de portas e janelas de 1/10 da área do pavimento;

6.4.3. Armazéns de Materiais

Todos os materiais e equipamentos de pequena dimensão e/ou que possam deteriorar-se ao ar livre devem ser adequadamente organizados e arrumados em zonas de armazenamento fechadas. Os materiais perigosos devem ser separados dos restantes e devidamente resguardados e identificados.

6.4.4. Ferramentaria

As ferramentas e equipamentos de pequena dimensão devem ser guardados diariamente em zonas destinadas para o efeito as quais terão de ser fechadas.

6.4.5. Parque de Equipamentos Móveis

No Estaleiro está prevista uma zona de parque de equipamentos móveis destinada a estacionamento de todos os equipamentos sempre que não estejam a ser utilizados.

Caso seja montado no Estaleiro cisterna para combustível esta deverá ser montada junto ao parque de equipamentos e disporá de meios de combate a incêndios.

O estacionamento de equipamentos em linhas de resguardo requer a prévia autorização da Fiscalização e tem que ser sempre feita cumprindo todas as disposições regulamentares aplicáveis.

6.4.6. Parque de Viaturas de Passageiros

O parque para estacionamento de viaturas de passageiros, se existir, será separado do parque de equipamentos e deverá ser próximo da zona social do Estaleiro e junto a um acesso.

6.4.7. Parques de Materiais

Os materiais serão arrumados e organizados em parques próprios de acordo com as suas características e serão transportados para as zonas de trabalhos para serem aplicados, de acordo com a apresentação da Planta de Estaleiro.

6.4.8. Rede Provisória de Água

O Empreiteiro executará uma rede de água potável e respetivos pontos de abastecimento e válvulas de seccionamento. O abastecimento será feito a partir da rede pública será objecto de pedido junto da entidade da área competente para o efeito.

O Empreiteiro garante, em todas as frentes de trabalho em laboração existe água potável em quantidade suficiente à disponibilidade dos trabalhadores.

6.4.9. Rede Provisória de Esgotos

O Empreiteiro executará uma rede de águas residuais no qual deve identificar os destinos a dar às mesmas, e, se necessário, obter a aprovação das entidades competentes.

6.4.10. Rede Provisória de Eletricidade

As instalações elétricas serão objecto de projeto específico que terá que ser submetido à aprovação das entidades competentes.

Para os trabalhos que se realizarem em período noturno, o projeto das instalações elétricas deverá definir qual o sistema de iluminação a utilizar nas frentes de trabalho e nos caminhos de acesso e circulação de viaturas e de trabalhadores.

6.4.11. Vitrina para Afixação de Informação

No Estaleiro será obrigatoriamente montada pelo menos uma vitrina, em local bem visível e acessível a todos os trabalhadores, destinada a afixar documentação sobre segurança e saúde, nomeadamente, a exigida por lei e a prevista neste Plano de Segurança e de Saúde.

6.4.12. Limpeza e Recolha de Lixos

Deve ser dada especial atenção às condições de trabalho dos trabalhadores, prevendo os meios necessários para manutenção e conservação de todas as instalações sociais e para uma adequada limpeza de todas as zonas de passagem ou permanência dos trabalhadores, incluindo as zonas de trabalho.

O Empreiteiro colocará em obra recipientes fechados para os lixos e providenciará a sua remoção diária. A remoção poderá ser feita pelos serviços camarários devendo o Empreiteiro diligenciar, junto dos mesmos, tal serviço.

6.5. Circulações Internas e sinalização

A Planta de Estaleiro integra a definição dos caminhos de circulação internos, devendo ser considerado o faseamento dos trabalhos e a necessidade de acesso de camiões.

Nos termos do Decreto-Lei nº 273/03, de 29 de Outubro, devem adotar-se as medidas para garantir as condições de acesso, deslocação e circulação necessárias à segurança de todos os trabalhadores no Estaleiro, incluindo os elementos da Fiscalização e eventuais visitantes.

Na Planta de Estaleiro definem-se os Acessos, Circulações e Sinalização por forma a programar a adoção de medidas capazes de garantir adequadas condições de acesso, deslocação e circulação necessárias à segurança de todos os trabalhadores, eventuais visitantes no Estaleiro e transeuntes nas imediações do Estaleiro tendo em conta a natureza, características, dimensão e localização das zonas da obra em causa.

Na preparação da Planta de Estaleiro, no que diz respeito à Sinalização, Acessos e Circulação, deverá ser considerado o seguinte:

- Identificação de todos os acessos ao Estaleiro (viaturas e pessoas);
- Tomar as medidas necessárias para que o acesso ao Estaleiro seja reservado a pessoas autorizadas. Não deverá ser permitido em caso algum o atravessamento do Estaleiro por pessoas estranhas à obra;
- Prever a colocação dos dispositivos necessários para garantir a segurança na entrada e saída de viaturas no Estaleiro;
- Na definição dos caminhos de circulação deverá ser considerada a movimentação de todos os materiais e equipamentos utilizados na obra;
- Os caminhos de circulação de veículos pesados deverão, antes de utilizados, ser regularizados e compactados de forma a possuírem a capacidade portante necessária, sem que apresentem deformações excessivas;
- Os caminhos de terra batida deverão ser regularmente regados no tempo seco de forma a evitar o levantamento de pó;
- Todas as entradas no Estaleiro terão que ser sinalizadas proibindo a entrada a pessoas estranhas à obra e tendo a indicação do Equipamento de Proteção Individual de utilização obrigatória dentro do Estaleiro (no mínimo, capacete e botas com palmilha e biqueira de aço);
- A delimitação das zonas de circulação pedonal no Estaleiro, deverá ser feita, sempre que possível e necessário, através de redes de polietileno cor laranja com 0,90 m – 1,20 m de altura. A utilização das correntemente designadas “fitas de trânsito” ou “fitas com barras branca e vermelha” só poderá ser feita quando expressamente autorizada pela Fiscalização;
- Os caminhos pedonais externos deverão ser identificados, protegidos e sinalizados de forma a proporcionar adequadas condições de segurança aos transeuntes.

A sinalização do Estaleiro identifica:

- Zonas perigosas ou interditas, com identificação dos perigos;
- A obrigação de uso de Equipamento de Proteção Individual (EPI);
- Caminhos pedonais para circulação de trabalhadores;
- Sinalização da localização dos meios de combate a incêndios;
- Localização das instalações do Estaleiro.

Sempre que as intervenções o justifiquem deverá ser preparado um plano de sinalização específico para o caso. Estes planos de sinalização respeitarão a regulamentação aplicável. Este plano deve ter em conta, nomeadamente, o estipulado no Decreto-Lei n.º 141/95, de 14 de Junho, relativo às prescrições mínimas para a sinalização de segurança e de saúde no trabalho.

Os sinais de segurança e de saúde a empregar no Estaleiro deverão ser os previstos na Portaria 1456-A/95 de 11 de Dezembro e no Decreto-Regulamentar n.º 22-A/98, de 1 de Outubro.

Salvo disposições regulamentares contrárias, os sinais deverão ser colocados à altura da visão, não devendo ser colocados mais do que três sinais juntos.

O objetivo de chamar a atenção, de forma rápida e inteligível, para os riscos e perigos graves pode ser atingido através de diferentes tipos de sinais (anexo C).

Para que um trabalhador possa compreender o sinal de segurança rapidamente ou com um simples olhar e sem confusão possível, os sinais têm pictogramas e cores diferentes consoante o seu significado.

Cor	Significado
Vermelho	Proibição
	Perigo-Alarme
	Combate a incêndios
Amarelo ou amarelo-alaranjado	Sinal de aviso
Azul	Sinal de obrigação
Verde	Salvamento ou de socorro
	Situação de emergência

6.5.1. Sinalização de aviso

A sinalização de aviso adverte para a existência de um perigo ou de um risco e deve possuir as seguintes características:

- Forma triangular;
- Pictograma negro sobre fundo amarelo, margem negra (a cor deve cobrir pelo menos 50% da superfície da placa).

Exemplos de sinalização de aviso:



Perigo de electrocução



Cargas suspensas



Perigos vários



Perigo de queda com
desnível



Perigo de tropeçamento



Veículos de movimentação de cargas

6.5.2. Sinalização de proibição

Os sinais de proibição proíbem um determinado comportamento. Os sinais de proibição apresentam as seguintes características:

- Forma redonda;
- Pictograma negro sobre fundo branco, margem e faixa (diagonal descendente da esquerda para a direita, ao longo do pictograma, a 45° em relação à horizontal), vermelhas (a cor vermelha deve cobrir pelo menos 35% da superfície da placa).

Exemplos de sinalização de proibição:



Proibida a entrada a pessoas não autorizadas



Proibido fumar



Água não potável



Passagem proibida a veículos de movimentação de cargas



Proibição de apagar com água



Passagem proibida a peões

6.5.3. Sinalização de Obrigação

Os sinais de obrigação impõem um determinado comportamento. Os sinais de obrigação apresentam as seguintes características:

- Forma redonda;
- Pictograma branco sobre fundo azul (a cor azul deve cobrir pelo menos 50% da superfície da placa).

Exemplos de sinalização de obrigação:



Proteção obrigatória da
cabeça



Proteção obrigatória dos
pés



Proteção obrigatória das
mãos



Proteção individual
obrigatória contra
quedas



Passagem obrigatória
para peões



Proteção obrigatória dos
ouvidos

6.5.4. Sinalização de salvamento ou socorro

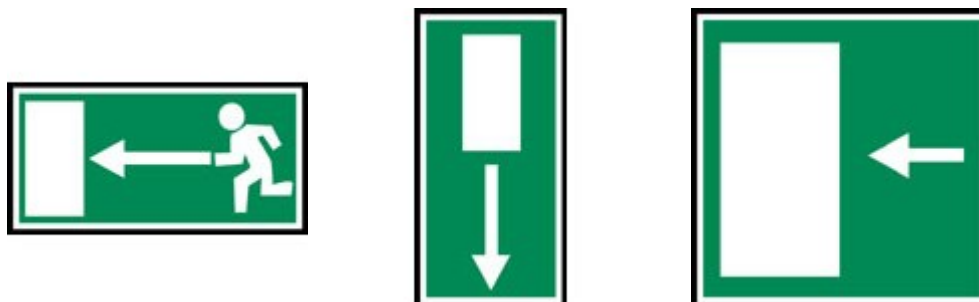
Sinalização que dá indicação sobre saídas de emergência ou meios de socorro e salvamento. Os sinais de salvamento ou de emergência obedecem às seguintes características:

- Forma retangular ou quadrada;
- Pictograma branco sobre fundo verde (a cor verde deve cobrir pelo menos 50% da superfície da placa).

Exemplos de sinalização de salvamento ou socorro:



Direção a seguir



Via/saída de Emergência



Maca

Primeiros socorros

Telefone para salvamento e
primeiros socorros

6.5.5. Sinalização de indicação

Sinais que fornecem indicações não abrangidas pelos sinais de proibição, aviso, obrigação e de socorro ou salvamento.

6.5.6. Sinalização acústica

Sinalização efetuada por meio de um sinal sonoro codificado, emitido e difundido por um dispositivo específico, sem recurso à voz, humana ou sintética.

Para que um trabalhador possa compreender um sinal acústico este deve apresentar as seguintes características:

- Ter um nível sonoro claramente superior aos níveis de ruído ambiente, sem ser doloroso ou excessivo;
- Ser facilmente reconhecível:
 - a) Pela sua duração;
 - b) Pelas emissões sonoras intermitentes;
 - c) Pelas suas características bem distintas dos outros ruídos ambientes e acústicos;
- Se os sinais forem emitidos com intensidades muito variáveis, ou a intervalos mais ou menos próximos, poderá concluir-se da existência de um nível de perigo mais elevado ou da necessidade de uma maior urgência da intervenção.

6.5.7. Sinalização gestual

Sinalização efetuada através de um movimento, ou uma posição, dos braços ou das mãos, ou qualquer combinação entre eles, que através de uma forma codificada orienta a realização de manobras que representem risco ou perigo para os trabalhadores.

A sinalização gestual deve obedecer às seguintes características:

- Um sinal gestual deve ser simples, preciso, fácil de executar e de compreender;
- A utilização dos dois braços pode ser simultânea, simétrica e para um único sinal;
- Podem ser utilizados outros sinais gestuais mas com um significado e compreensão equivalente.

A sinalização gestual deve obedecer a algumas regras de utilização. Distinguem-se pelo menos dois tipos de intervenientes:

- O sinaleiro:
 - a) Deve poder seguir o conjunto das manobras comandadas sem ser posto em perigo por elas (ou sem ter de se proteger delas). Se necessário, prever um segundo sinaleiro, adjunto para repetir os sinais;
 - b) Deve aplicar-se exclusivamente ao comando das manobras.
- O operador:
 - a) É o recetor dos sinais que executa a manobra;
 - b) Deve suspender a manobra, caso esta não possa ser executada com segurança e pedir novas instruções;
- Os acessórios:
 - a) O sinaleiro pode usar acessórios como casaco, boné, mangas, braçadeiras, bandeirolas, etc., para poder ser facilmente visto pelo operador.

Gestos codificados a utilizar:

Gestos de carácter geral		
Significado	Descrição	Ilustração
Início Atenção comando assumido	Ambos os braços abertos horizontalmente, palmas das mãos voltadas para a frente	
Stop Interrupção Fim do movimento	Braço direito levantado, palma da mão para a frente	
Fim Das operações	Mãos juntas ao nível do peito	
Movimentos verticais		
Significado	Descrição	Ilustração
Subir	Braço direito estendido para cima, com a palma da mão virada para a frente descrevendo um círculo lentamente	
Descer	Braço direito estendido para baixo, com a palma da mão virada para a frente descrevendo um círculo lentamente	
Distância vertical	Mãos colocadas de modo a indicar a distância	

Movimentos horizontais		
Significado	Descrição	Ilustração
Avançar	Ambos os braços dobrados, palmas das mãos voltadas para dentro, os antebraços fazem movimentos lentos em direção ao corpo	
Recuar	Ambos os braços dobrados, palmas das mãos voltadas para fora, os antebraços fazem movimentos lentos afastando-se do corpo	
Para a esquerda Relativamente ao sinaleiro	Braço direito estendido, com a palma da mão voltada para baixo, fazendo pequenos movimentos lentos na direção pretendida	
Para a direita Relativamente ao sinaleiro	Braço esquerdo estendido, com a palma da mão voltada para baixo, fazendo pequenos movimentos lentos na direção pretendida	
Distância horizontal	Mãos colocadas de modo a indicar a distância	
Perigo		
Significado	Descrição	Ilustração
Perigo	Ambos os braços estendidos para cima com ambas as mãos voltadas para a frente	
Movimento rápido	Os gestos codificados que comandam os movimentos são executados com rapidez	
Movimento lento	Os gestos codificados que comandam os movimentos são executados muito lentamente	

6.5.8. Comunicação verbal

A comunicação verbal só é possível quando o ruído ambiente é pouco elevado. Quando os níveis de ruído são suscetíveis de a tornar ininteligível, é mais prudente utilizar comunicação gestual ou sinais codificados.

A comunicação verbal deve obedecer às seguintes características:

- Uma linguagem constituída por textos curtos, de grupos de palavras ou de palavras eventualmente codificadas;
- A comunicação deve ser segura, palavras simples, claras e suficientes;
- A comunicação põe ser direta ou indireta, sendo possível recorrer a intercomunicadores ou megafones.

6.5.9. Sinalização relativa a material de combate a incêndios

Os sinais relativos a material de combate a incêndio apresentam as seguintes características:

- Forma retangular ou quadrada;
- Pictograma branco sobre fundo vermelho (a cor vermelha deve cobrir pelo menos 50 % da superfície da placa).



Extintor



Escada



Agulheta de incêndio



Telefone para luta contra
incêndio



Direção a seguir



6.5.10. Sinalização Luminosa

Para que o trabalhador possa compreender o sinal luminoso, este deve obedecer às seguintes prescrições:

- Contraste luminoso adequado, ou seja, em função do ambiente, sem provocar o encandeamento pela sua intensidade excessiva ou má visibilidade por ser insuficiente;
- Cor uniforme, harmonizada ou um pictograma sobre um fundo determinado que corresponda às seguintes especificações:
 - Cor vermelha – proibição, perigo, alarme, evacuação, etc.;
 - Cor amarela – aviso, precaução, verificação;
 - Cor azul – obrigação;
 - Cor verde – situação de emergência, salvamento, socorro;

Cores contrastantes de acordo com as prescrições das placas correspondentes.

6.6. Utilização e Controlo dos Equipamentos

A Entidade Executante deverá designar o responsável pelo Controlo Geral dos Equipamentos de Estaleiro (técnico com a categoria profissional equivalente ou superior a encarregado), ao qual cabe assegurar a realização do controlo geral que terá que incidir sobre todos os equipamentos que podem apresentar riscos para os trabalhadores.

É responsabilidade da Entidade Executante:

- Dar instruções adequadas e claras aos operadores dos equipamentos para a realização dos trabalhos que lhes são atribuídos;
- Incentivar os operadores dos equipamentos a zelarem pelo bom funcionamento dos equipamentos que operam/utilizam e a comunicarem toda e qualquer anomalia que detetem;
- Proceder ao controlo de todos os equipamentos de estaleiro (próprios e dos subempreiteiros/tarefairos) com a periodicidade semanal; e
- Realizar prontamente as correções das anomalias detetadas.

Para comprovar o bom estado de funcionamento dos equipamentos de estaleiro, a Entidade Executante realizará semanalmente um controlo geral dos mesmos que registará em fichas segundo o modelo que se segue e que arquivará neste Plano de Segurança e Saúde.

No Plano de Segurança e Saúde de fase de obra constará os equipamentos a utilizar durante a execução da empreitada, com a respetiva calendarização, tipo de equipamento e quantidades.

6.7. Planificação das atividades e cronograma de trabalhos

Nenhum trabalho que envolva riscos deverá ser realizado de forma imprevista, não planeada e não considerada nos documentos do Plano de Segurança e Saúde.

Pretende-se com a planificação detalhada das atividades, ser possível se aperceber dos períodos com maior incidência de trabalhos simultâneos, em que, como é sabido, a probabilidade de ocorrência de acidentes de trabalho, ou doenças profissionais, é mais elevada.

O plano de trabalhos deve ser alterado sempre que se considere necessário por razões de segurança dos trabalhadores.

O Plano de Segurança e Saúde de fase de obra incluirá o plano da mão-de-obra, sendo elaborado numa tabela, contendo em linhas os meses do período de execução dos trabalhos e, em colunas os respetivos valores mensais e acumulados da carga de mão-de-obra, expressos em homens e/ou homens-hora.

O cronograma de mão-de-obra, expresso em homens-dia será uma ferramenta de grande utilidade para o Coordenador de Segurança em Obra, pois permitirá averiguar da necessidade de comunicação prévia.

6.8. Medidas de socorro e evacuação

Nos termos da legislação em vigor constitui obrigação da Entidade Executante o estabelecimento das medidas a adotar em caso de ocorrência de acidente ou mesmo de uma catástrofe (incêndios, explosões, sismos, inundações, etc.).

É essencial serem previstas medidas eficazes para primeiros socorros e para a evacuação de sinistrados ou de todos os trabalhadores em caso de catástrofe e deve prever, nomeadamente, o seguinte:

- Afixação na vitrina e junto aos telefones que existam no estaleiro, registo de telefones de emergência, nomeadamente Bombeiros, Polícia, Hospital, entidades concessionárias de serviços afetados, Serviços Camarários, Fiscalização, Coordenador de Segurança e Saúde da Obra, Diretor da Obra, Encarregado Geral;
- Sinalização de segurança identificando, nomeadamente, os meios de combate a incêndios e o posto de primeiros socorros;
- Não deve haver trabalhadores isolados, sendo as equipas constituídas, no mínimo, por dois trabalhadores;
- Caminhos e sinalização adequada de acesso a todas as zonas de trabalhos para evacuação de sinistrados e de todo o pessoal da obra em caso de ocorrência de catástrofe.

Contactos Úteis		
Entidade		Telefone
Dono de obra	Município de Leiria	244 839 500
Coordenador de segurança em obra	(nomear pelo dono de obra) _____	_____
Fiscalização Municipal	Câmara Municipal de Leiria	244 839 500
Diretor de Obra	_____	_____
Representante da entidade executante	_____	_____
Companhia de seguros da entidade executante	_____	_____

Contactos de Emergência		Telefone
	INEM – Número Nacional de Socorro	112
	Centro Hospitalar de Leiria	244 817 000
	Extensão de Saúde da Barreira	244 891 590
	Bombeiros Voluntários de Leiria	244 882 015
	Posto Territorial da GNR de Leiria	244 830 165
	Proteção Civil de Leiria	244 860 400
	EDP – Avarias	800 506 506
	PT Telecomunicações - Avarias	800 202 022 16 200
	Centro de Informação Antivenenos	808 250 143
	Farmácia Vida	244 827 635
	ACT Leiria	244 819 820
	Câmara Municipal de Leiria	244 839 500

6.9. Medidas correntes de organização do estaleiro

A entrada no estaleiro de pessoas estranhas à execução da empreitada requer autorização do Dono da Obra e ser do conhecimento da Fiscalização e do Director da Obra, o qual deverá assegurar que os visitantes:

- São acompanhados por pessoa conhecedora do estaleiro;
- Utilizam o equipamento de proteção individual obrigatório, incluindo capacete de proteção contendo na frente a inscrição “Visitante”;
- Foram elucidados sobre os caminhos que devem utilizar e zonas de perigo.

Deverá também ser elaborada uma lista dos visitantes, onde se regista, para além dos seus nomes, a entidade que a solicitou e a data da sua realização.

No decurso dos trabalhos existem um conjunto de Procedimentos de Segurança – Gerais e Específicos – a cumprir, tendentes a garantir uma conduta de segurança por parte dos trabalhadores:

Gerais:

- Respeitar as Medidas de Prevenção contidas neste PSS;
- Assegurar as condições de segurança necessárias previamente à execução de qualquer trabalho;
- Contribuir para a segurança no estaleiro, colaborando com todos os intervenientes para garantir esse objetivo;
- Corrigir de imediato situações ocasionais geradoras de risco de acidente para qualquer pessoa no estaleiro, ou avisar responsável no caso de não poder corrigir a situação;
- Manter sempre as proteções coletivas existentes, repondo qualquer proteção eventualmente removida;
- Utilizar Equipamento de Proteção Individual (EPI) adequado;
- Verificar obrigatoriamente as condições de funcionamento e de segurança de ferramentas manuais e de equipamentos de trabalho;
- Respeitar a organização do Estaleiro;
- Contribuir para a arrumação e limpeza do estaleiro, dando atenção prioritária aos caminhos de circulação e ao seu posto de trabalho;
- Cumprir as normas de salubridade e de higiene;
- Observar conduta adequada em relação ao consumo de bebidas alcoólicas:
 - Proibição de consumo durante os períodos de trabalho;
 - Consumo regado às refeições;

Específicos:

- A utilização de cabos e extensões elétricas deve observar a regra de passagem aérea;
- A execução de ligações elétricas no âmbito da instalação elétrica provisória do estaleiro, só deve ser feita por pessoal credenciado;
- A execução de trabalhos com equipamentos produtores de chama deve ser sempre acompanhada de um extintor de incêndio (Pó ABC, 6Kg);
- A utilização de geradores portáteis implica a observância das instruções de segurança, e, em primeiro lugar da execução da ligação à terra;
- A utilização de plataformas auxiliares de trabalho deve atender sempre a que estas sejam sólidas e estáveis;

- As escadas auxiliares só devem ser utilizadas como acesso provisório, nunca como posto de trabalho;

7. Compilação técnica

A Compilação Técnica da Obra deve incluir os elementos úteis a ter em conta na sua utilização futura, bem como em trabalhos posteriores à sua conclusão, para preservar a segurança e saúde de quem os executar. Sendo uma obrigação do Dono de Obra, cabe no entanto à Entidade Executante disponibilizar todos os elementos necessários à sua elaboração, o que deve fazer junto do Coordenador de Segurança e Saúde.

A Compilação Técnica da obra deve incluir, nomeadamente, os seguintes elementos:

- Identificação completa do Dono de Obra, do autor ou autores do projeto, dos coordenadores de segurança em Projeto e em obra, da entidade executante, bem como de subempreiteiros ou trabalhadores independentes cujas intervenções sejam relevantes nas características da mesma;
- Informações técnicas relativas ao projeto geral e aos projetos das diversas especialidades, incluindo as memórias descritivas, projeto de execução e telas finais, que refiram os aspetos estruturais, as redes técnicas e os sistemas e materiais utilizados que sejam relevantes para a prevenção de riscos profissionais;
- Informações técnicas respeitantes aos equipamentos instalados que sejam relevantes para a prevenção de riscos da sua utilização, conservação e manutenção;
- Informações úteis para a planificação da segurança e saúde na realização de trabalhos em locais da obra edificada cujo acesso e circulação apresentem riscos.

Ourém, 22 de Março de 2024

O engenheiro

(cartão de cidadão 10951597, válido até 07/05/2028)

8. Legislação aplicável

Na presente empreitada, a Entidade Executante observará toda a regulamentação de segurança e saúde que se encontre em vigor, nomeadamente a seguinte:

• REGULAMENTAÇÃO

1. ENQUADRAMENTO LEGAL DA SEGURANÇA NO TRABALHO:

- Decreto-Lei n.º 273/2003, de 29 de Outubro (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 92/57/CEE, de 24 de Junho relativa a prescrições mínimas de segurança e saúde a aplicar nos estaleiros temporários ou móveis);
- Decreto-Lei n.º 41821, de 11 de Agosto de 1958 (Aprova o Regulamento de Segurança no Trabalho da Construção Civil - RSTCC);
- Decreto-Lei n.º 46427, de 10 de Julho de 1965 (Aprova o Regulamento das Instalações Provisórias ao Pessoal das Obras);
- Lei n.º 102/2009 de 10 de Setembro de 2009, alterado pela Lei 42/2012 de 28 de Agosto (Regime jurídico da promoção da segurança e saúde no trabalho) revoga o Decreto-Lei n.º 441/91 de 14 de Novembro de 1991;
- Decreto-Lei n.º 347/93, de 1 de Outubro (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 89/654/CEE de 30 de Novembro relativa às prescrições mínimas de Segurança e de Saúde para os locais de trabalho);
- Decreto-Lei n.º 24/2012, de 6 de Fevereiro (Consolida as prescrições mínimas em matéria de proteção dos trabalhadores contra os riscos para a segurança e a saúde devido à exposição a agentes químicos no trabalho e transpõe a Directiva n.º 2009/161/UE, da Comissão, de 17 de Dezembro de 2009);
- Decreto-Lei n.º 109/2000, de 30 de Junho – Alteração ao regime de organização e Funcionamento das Atividades de SHST, revogado pela Lei 35/2004 de 29 de Julho de 2004;
- Portaria n.º 101/96 de 3 de Abril (Estabelece as regras técnicas de concretização das prescrições mínimas de Segurança e Saúde nos locais e postos de trabalho dos estaleiros);
- Decreto-Lei n.º 133/99 de 21 de Abril (Altera o Decreto-Lei n.º 441/91 de 14 de Novembro relativo aos princípios de prevenção de riscos profissionais);
- Portaria n.º 71/2015, de 10 de Março (aprova o regime jurídico da promoção da segurança e da saúde no trabalho e determina, no artigo 110.º, que o modelo de ficha de aptidão seja fixado, conjuntamente, pelos membros do Governo responsáveis pelas áreas laboral e da saúde).

2. EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL:

- Decreto-Lei n.º 128/93, de 22 de Abril (Estabelece as exigências técnicas de segurança a observar pelos Equipamentos de Proteção Individual, de acordo com a Diretiva n.º 89/689/CEE, de 21 de Dezembro), foi revogado e substituído pelo Decreto-Lei n.º 118/2019 de 21 de Agosto;
- Decreto-Lei n.º 348/93 de 1 de Outubro (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 89/656/CEE de 30 de Novembro relativa às prescrições mínimas de segurança e de saúde na utilização de equipamentos de proteção individual);
- Portaria n.º 988/93, de 6 de Outubro (Estabelece a descrição técnica do Equipamento de Proteção Individual, de acordo com o art.º 7º do Decreto-Lei n.º 348/93, de 1 de Outubro);

- Portaria n.º 1131/93, de 4 de Novembro (Estabelece as exigências essenciais relativas à saúde e segurança, aplicáveis aos Equipamentos de Proteção Individual, de acordo com o art. 2º do Decreto-Lei n.º 128/93, de 22 de Abril), alterada pela Portaria 109/96 de 10 de Março;
- Portaria n.º 695/97, de 19 de Agosto (Introduz alterações aos anexos I e IV da Portaria n.º 1131/93, de 4 de Novembro);
- Decreto-Lei n.º 374/98, de 24 de Novembro (Introduz alterações aos Decretos-Lei n.º 378/93, de 5 de Novembro, n.º 128/93 de 22 de Abril, n.º 383/93 de 18 de Novembro alterado pelo Decreto-Lei 139/95 de 14 de Janeiro, n.º 130/92, de 6 de Junho, n.º 117/88 de 12 de Abril alterado pelo 139/95 de 14 de Junho e 113/93 de 10 de Abril alterado pelo Decreto-Lei 4/07 de 8 de Janeiro, relativos a Equipamento de Proteção Individual e marcação CE), revogado pelo Decreto-Lei 103/2008 e pelo Decreto-Lei 320/2001;

3. MÁQUINAS, EQUIPAMENTOS, PRODUTOS:

- Decreto-Lei n.º 113/93, de 10 de Abril (Transpõe para a ordem jurídica interna a Diretiva n.º 89/106/CEE, de 21 de Dezembro de 1988, relativa aos produtos de construção) alterado pelo 374/98 de 24 de Novembro e pelo Decreto-Lei 139/95 de 14 de Junho;
- Decreto-Lei n.º 102-D/2020, de 10 de Dezembro (Aprova o regime geral da gestão de resíduos, o regime jurídico da deposição de resíduos em aterro e altera o regime da gestão de fluxos específicos de resíduos, transpondo as Diretivas (UE) 2018/849, 2018/850, 2018/851 e 2018/852);
- Decreto-Lei n.º 214/95, de 18 de Agosto (Estabelece as condições de utilização de máquinas usadas, visando eliminar riscos para a saúde e segurança das pessoas);
- Decreto-Lei n.º 82/99, de 16 de Março (Transpõe para a ordem jurídica interna a Diretiva n.º 89/655/CEE, de 30 de Novembro de 1989, alterada pela Diretiva n.º 95/63/CE, de 5 de Dezembro de 1995, relativa às prescrições mínimas de Segurança e de Saúde para a utilização pelos trabalhadores de equipamentos de trabalho), alterado pelo Decreto-Lei 50/2005 de 25 Fevereiro;
- Decreto-Lei n.º 50/2005, de 25 de Fevereiro (Estabelece as prescrições mínimas de utilização de máquinas e equipamentos).

4. MOVIMENTAÇÃO DE CARGAS:

- Decreto-Lei n.º 330/93, de 25 de Setembro, (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 90/269/CEE, de 29 de Maio, relativa às prescrições mínimas de Segurança e Saúde na movimentação manual de cargas), alterado pela Lei 113/99 de 25 de Setembro e pelo Decreto Regulamentar 76/2007 de 17 de Julho.

5. RUÍDO:

- Decreto-Lei n.º 9/2007, de 17 de Janeiro (Aprova o Regulamento Geral do Ruído).

6. SINALIZAÇÃO:

- Decreto-Lei n.º 141/95, de 14 de Junho (Transpõe para o direito interno a Diretiva n.º 92/58/CEE, de 24 de Junho, relativa às prescrições mínimas para a sinalização de segurança e saúde no trabalho;
- Portaria n.º 1456-A/95 de 11 de Dezembro (Regulamenta as prescrições mínimas de colocação e utilização da sinalização de segurança e saúde no trabalho), alterada pela Portaria n.º 178/2015, de 15 de Junho;

- Decreto Regulamentar n.º 22 – A/98, de 11 de Dezembro (Regulamenta as prescrições mínimas de colocação e utilização da sinalização de segurança e saúde no trabalho;
- Decreto Regulamentar n.º 6/2019 (altera o Regulamento de Sinalização do Trânsito).

7. INSTALAÇÕES ELÉTRICAS:

- Decreto-Lei n.º 740/74, de 26 de Agosto (Estabelece o Regulamento de Segurança das Instalações de Utilização da Energia Elétrica – RSIUEE), alterado pela Lei 30/06, de 11 de Julho;

8. SEGUROS:

- Decreto-Lei n.º 159/99, de 11 de Maio (Regulamenta o Seguro Obrigatório de Acidentes de Trabalho, para os Trabalhadores Independentes), alterado pelo Decreto-Lei 382-A/99 de 22 de Setembro;
- Lei n.º 100/97 de 13 de Setembro (Regime Jurídico dos Acidentes de Trabalho), revogado e substituído pela Lei nº 98/2009 de 4 de Setembro;

9. CONTRATAÇÃO:

- Lei n.º 23/2012, de 25 de Junho (alteração ao Código do Trabalho), aprovado pela Lei n.º 7/2009, de 12 de Fevereiro);
- Lei n.º 113/99, de 3 de Agosto (Desenvolve e concretiza o regime geral das contraordenações laborais em certos sectores e atividade. Nomeadamente, altera o Decreto-Lei n.º 155/95, de 12 de Julho);
- Lei n.º 118/99, de 4 de Agosto (Desenvolve e concretiza o regime geral das contraordenações laborais, nomeadamente, Decreto-Lei n.º 441/91, de 14 de Novembro e Decreto-Lei n.º 26/94, de 1 de Fevereiro);

10. OCUPAÇÃO VIA PÚBLICA:

- Decreto-Regulamentar n.º 22-A/98, de 1 de Outubro (Regulamento de Sinalização de Trânsito), alterado pelo Decreto-Regulamentar n.º 41/2002, de 20 de Agosto e aditado pelo Decreto-Regulamentar 13/2003, de 26 de Junho;

11. ENQUADRAMENTO LEGAL DA CONSTRUÇÃO CIVIL:

- Decreto-Lei n.º 12/2004 de 9 de Janeiro (Estabelece o Regime Jurídico aplicável ao exercício da atividade de construção), alterado pelo Decreto-Lei n.º 18/2008 de 29 de Janeiro.

9. Anexos

Anexo 1 – Peças de projeto com relevância para a prevenção de riscos

Anexo 2 – Organograma do estaleiro

Anexo 3 – Registo das atividades do coordenador de segurança em obra

Anexo 4 – Registo de subempreiteiros

Anexo 4.1 – Controlo de trabalhadores em obra

Anexo 4.2 - Ficha de aptidão médica

Anexo 4.3 – Registo da distribuição de EPI'S

Anexo 4.4 – Registo das restantes atividades de segurança da entidade executante

Anexo 5 – Atividades do coordenador de segurança em obra

Anexo 5.1 – Identificação dos intervenientes

Anexo 5.2 – Comunicação prévia

Anexo 5.3 – Horário de trabalho

Anexo 5.4 – Cronograma de trabalhos

Anexo 5.5 – Seguros

Anexo 5.6 – Identificação e saúde dos trabalhadores

Anexo 5.7 – Segurança social

Anexo 5.8 – Controlo de equipamentos

Anexo 5.9 – Subempreiteiros e trabalhadores independentes

Anexo 5.10 – Acidentes de trabalho

Anexo 5.11 – Comunicação de obra (segurança)

Anexo 5.12 – Procedimentos de segurança

Anexo 5.13 – Registo de inspeção e prevenção

Anexo 5.14 – Análise de riscos

Anexo 5.15 – Formação e informação

Anexo 5.16 – Relatórios de visita à obra

Anexo 5.17 – Alterações \ atualizações ao PSS de Obra

ANEXOS

ELEMENTOS A JUNTAR AO PLANO DE SEGURANÇA E SAÚDE PARA A EXECUÇÃO DA OBRA

(De acordo com o n.º 2 do artigo 11º do Decreto-Lei n.º 273/2003 de 29 de Outubro – Anexo III)