

08 SEGURANÇA NOS TRABALHOS EM ALTURA - BÁSICO

MODALIDADE E ÁREA DE FORMAÇÃO

Modalidade: Formação Contínua

Área de formação: 862 – Segurança e Higiene no Trabalho

DESTINATÁRIOS

Colaboradores que no âmbito da sua atividade executam trabalhos em altura onde haja risco de queda.

Nº máximo de formandos por ação: 8 (Oito)

OBJETIVOS

Proporcionar aos formandos a aquisição de conhecimentos sobre:

- Dotar os participantes de conhecimentos sobre os cuidados específicos nos Trabalhos em altura e no acesso a estruturas;
- Organização do trabalho e riscos associados aos trabalhos em altura;
- Conhecer identificar os sistemas e componentes anti queda;
- Dotar os participantes de conhecimentos técnicos relativos à utilização, colocação e ajuste do arnês anti queda e respetivos acessórios;
- Dotar os formandos de conhecimentos que lhes permitam efetuar a 1.ª intervenção e evacuação da vítima.

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

1. Legislação, Regulamentos e Diretivas.
2. Cuidados específicos nos Trabalhos em Altura e no acesso a estruturas:
 - Estruturas
 - Coberturas
 - Escadas
 - Andaimos
 - Plataformas elevatórias
3. Equipamento de Proteção Individual e componentes individuais anti-queda:

- Ancoragens
 - Arnês anti-queda
 - Cordas de trabalho
4. Equipamentos de Proteção Coletiva:
 - Redes
 - Linhas de Vida
 - Guarda Corpos
 5. Resgate e Salvamento
 - Plano de resgate e salvamento
 - Tipos de dispositivos de resgate e salvamento
 - Utilização de dispositivos de resgate e salvamento
 6. Exercícios práticos de aplicação:
 - Colocar EPI e componentes individuais.
 - Montagem de Ancoragens e linhas de vida provisórias
 - Exercícios práticos de resgate e salvamento

DURAÇÃO DO CURSO

8 HORAS (Componente teórica - 4 h + Componente prática - 4 h)

FORMADOR

Formador certificado pelo IEFP, com elevada experiência profissional na área da formação de trabalhos em altura, a indigitar em função das datas de realização.

METODOLOGIA DE REALIZAÇÃO

Apresentação da matéria a ministrar durante o curso e comunicação dos objetivos definidos para o mesmo. Desenvolvimento dos temas, recorrendo sempre que possível a material audiovisual, demonstrativo das situações em estudo com recurso a exemplos práticos de aplicação da matéria. Realização de exercícios práticos de Trabalhos em Altura

MATERIAL E RECURSOS DIDÁTICOS A DISPONIBILIZAR PELO CLIENTE

Componente teórica

- Sala de formação: (mesas, cadeiras, quadro de

08 SEGURANÇA NOS TRABALHOS EM ALTURA - BÁSICO

parede e videoprojetor)

Componente Prática

- Local equipamento adequado à realização da componente prática por parte dos formandos:
 - Calçado de proteção
 - Capacete com francalete
 - Luvas de proteção
 - Arnês de Segurança adequado para trabalhos em suspensão



Sede

Av. Infante D. Henrique - Lote 9B, 1849-034 Lisboa
(+351) 217 577 212 | sintimex@sintimex.pt

Maia

Rua Eng.º Ulrich 2025 Moreira, 4470-605 Maia
(+351) 229 419 084 | norte@sintimex.pt

Moçambique

Av. Romão Fernandes Farinha - n.º171, Maputo
(+258) 84 35 35 555 | comercial@sintimex.co.mz