



# 12 GOLDEN SAFETY RULES

Together beyond safety

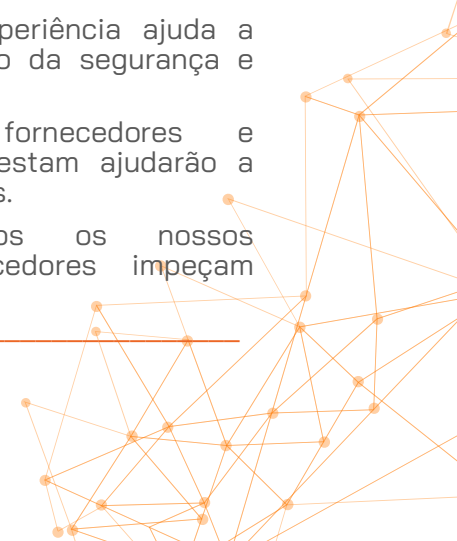
Rev. 2 - June 2025

---

Em Applus+ acreditamos que todos os acidentes são evitáveis. É da responsabilidade de todos (dos que organizam o trabalho, dos que operam e dos que supervisionam) trabalhar com segurança e garantir que todos voltem sãos e salvos a casa todos os dias. As regras de ouro de segurança ajudarão a nos manter seguros permanentemente.

## PRINCÍPIOS:

- Todos nós devemos ser responsáveis quando trabalhamos e devemos agir de uma forma segura com nós mesmos e com os outros.
  - Um trabalho bem planejado evita situações perigosas.
  - Aprender da nossa experiência ajuda a melhorar o desempenho da segurança e saúde.
  - O suporte que fornecedores e subcontratados nos prestam ajudarão a melhorar nossos padrões.
  - Fomentar que todos os nossos empregados e fornecedores impeçam situações de risco,
- 



A nossa organização é heterogênea e envolve muitos riscos em relação à segurança e à saúde que devem ser gerenciados. A segurança de todos exige empenho, liderança e vontade de intervir quando alguém se depara com uma pessoa que está trabalhando em condições inseguras ou quando uma situação se deteriora. Um requisito fundamental das nossas estratégias e princípios de prevenção é fortalecer e promover a “auto-responsabilidade” individual do funcionário no referente à segurança e saúde, e “cuidar” uns aos outros.

É por isso que Applus+ criou as Regras de Ouro de Segurança. Estas regras são parte do Sistema de Gestão de Segurança e Saúde da Applus+ e devem ser aplicadas em qualquer trabalho feito em nome da corporação.

As Regras de Ouro de Segurança Applus+ fornecem orientações básicas com base em nossa experiência e as lições aprendidas. E servem para reafirmar e completar nossos procedimentos de identificação e controle de riscos.

O cumprimento destas regras é essencial para evitar lesões e

problemas de saúde e é obrigatório. As Regras de Ouro de Segurança Applus+ contribuirão, de fato, a consolidar uma cultura de prevenção em nossa organização.

O principal objetivo das Regras de Ouro de Segurança Applus+ é PROTEGER-se a si mesmo e proteger ao outro. As regras se aplicam a qualquer pessoa que se encontre em nossas instalações ou trabalhe sob nosso controle: funcionários, fornecedores, prestadores de serviços e visitantes; e é essencial que você disponha do tempo necessário para se familiarizar com as regras de funcionamento.

As Regras de Ouro de Segurança Applus+ não cobrem todos os riscos da operação e, portanto, é importante conhecer os requisitos de segurança antes e durante a realização do trabalho. Se você ou seus colegas têm alguma dúvida sobre as regras de funcionamento e sua aplicação, é imprescindível que parem de trabalhar e comentem com seu supervisor direto.

**Neste manual você vai encontrar ao lado de cada regra, um checklist que poderá ser útil como guia e que ajudará a garantir que suas ações no trabalho estão de acordo com as seguintes regras de funcionamento:**

- Noções básicas
- Apto para trabalhar
- Manipulação manual de cargas
- Condução segura
- Viagem com segurança
- Coordenação das atividades
- Espaços confinados
- Substâncias perigosas
- Radiações ionizantes
- Trabalho em altura
- Trabalho em escavações e valas
- Consignação e isolamento de equipamentos e instalações
- Risco elétrico

Ao compreender os riscos que você enfrenta e seguir as regras, você pode manter um local de trabalho seguro e prevenir acidentes. Estas Regras de Ouro são invioláveis e serão tomadas medidas disciplinares pertinentes em caso de incumprimento. Applus+ adquiriu um compromisso com as Regras de Ouro de Segurança e espera que todas as pessoas que trabalham para Applus+ se somem a este compromisso e sigam as regras a todo momento.

**Richard Bartlett**  
Applus+ CEO



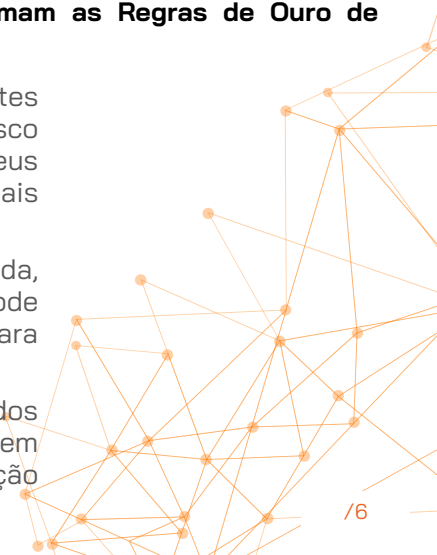
## NOÇÕES BÁSICAS



# NOÇÕES BÁSICAS

**Não se efetuará nenhum trabalho sem implementar esses requisitos fundamentais que conformam as Regras de Ouro de Segurança:**

- Nenhum trabalho será iniciado antes de realizar uma avaliação de risco pessoal e compartilhar seus resultados com os profissionais envolvidos.
- A equipe deve ser treinada, competente e capacitada (e não pode consumir álcool ou drogas) para realizar atividades de trabalho
- Os equipamentos serão apropriados para realizar a atividade e devem contar com uma manutenção adequada.

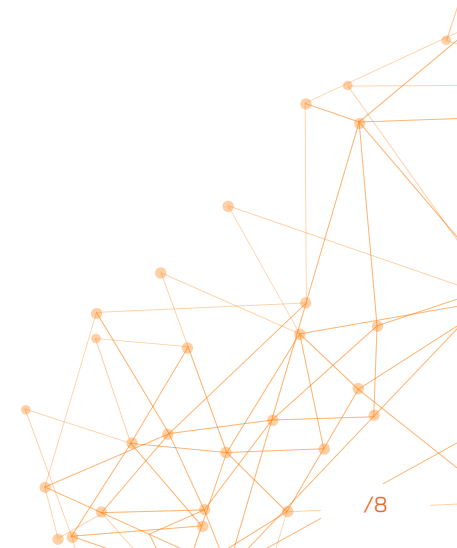


- São necessários equipamentos de proteção pessoal para cada tarefa e devem ser mantidos em bom estado. Os funcionários devem se preocupar com a segurança, conhecer seu ambiente de trabalho e relatar qualquer condição insegura observada.
- A equipe tem o direito de parar qualquer trabalho que considere inseguro. Este direito implica a obrigação de agir. A direção da Applus+ respeita o direito de que qualquer pessoa possa se impor para deter uma atividade em risco.
- A equipe deve saber o que fazer numa situação de emergência e garantir a presença de equipamentos e meios necessários para dar uma resposta adequada antes de iniciar qualquer atividade.



## Foundations: Lista de verificações prévias ao trabalho

Você verificou os seguintes aspectos?	S / N
▪ Você concluiu uma avaliação pessoal sobre os riscos antes de trabalhar e fez menção dos riscos e dos controles de segurança com as pessoas implicadas?	<input type="checkbox"/>
▪ Todos os que participam da atividade são qualificados, competentes e capazes de realiza -la?	<input type="checkbox"/>
▪ Você usa equipamentos individuais de proteção adequados para o trabalho e sabe como usá-los?	<input type="checkbox"/>
▪ Todos os equipamentos utilizados são adequados para sua finalidade e estão em boas condições?	<input type="checkbox"/>
▪ Você verificou as possíveis situações de emergência relacionadas com o trabalho?	<input type="checkbox"/>
▪ Existe um plano de emergência com os meios adequados antes de começar o trabalho?	<input type="checkbox"/>
▪ Você e seus colegas estão cientes que devem parar de trabalhar, caso observem algum risco de insegurança?	<input type="checkbox"/>



# 01

## APTO PARA TRABALHAR



**Consideramos fundamental promover hábitos saudáveis no trabalho. Nosso objetivo é garantir que todos os funcionários conservem a saúde física e mental que lhes permitam desempenhar as suas tarefas sem comprometer ou ameaçar a sua segurança e a dos outros. E estes são os requisitos:**

- Descanse o suficiente antes de iniciar o trabalho, especialmente durante o trabalho por turnos (e, principalmente, durante o turno da noite).

# 01

## APTO PARA TRABALHAR

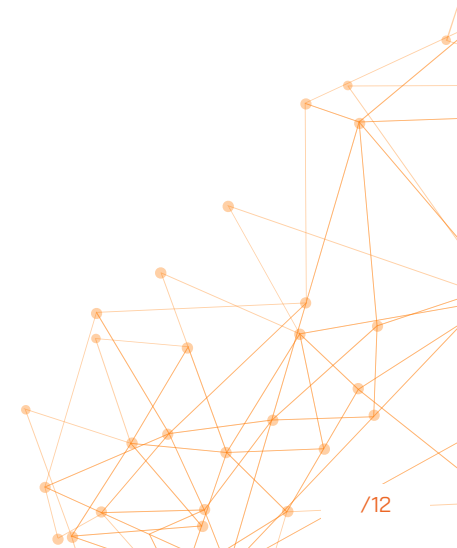
- Não estar sob os efeitos de álcool ou outras drogas.
- Controlar a fadiga (p. ex., stress térmico, desidratação, esforço físico, etc.) enquanto você trabalha.
- Relatar ao seu supervisor qualquer aspecto (p. ex., medicação, stress, saúde física e mental, etc.) que possa afetar seu desempenho no trabalho.

## Apto para trabalhar: Lista de verificações prévias ao trabalho

### Você verificou os seguintes aspectos?

S / N

- Você está descansado e acha que pode fazer o trabalho?
- Você não consumiu álcool ou outras drogas?
- Você informou ao seu supervisor sobre o consumo de qualquer medicação que possa afetar o seu trabalho?



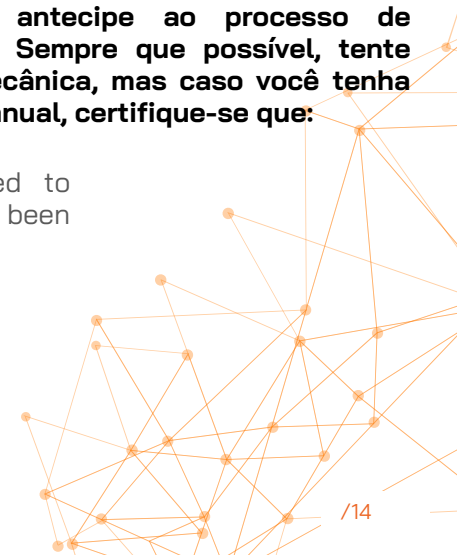
# 02

## MANIPULAÇÃO MANUAL DE CARGAS



**Considere atentamente e se antecipe ao processo de manipulação manual de cargas. Sempre que possível, tente manipular objetos com ajuda mecânica, mas caso você tenha que lidar com cargas de forma manual, certifique-se que:**

- Options to eliminate the need to manual handling have been evaluated.



# 02 MANIPULAÇÃO MANUAL DE CARGAS

- Ter avaliado as opções para eliminar a necessidade de manipular manualmente a carga.
- A equipe está devidamente treinada e sabe aplicar as técnicas de manipulação manual de cargas.
- Foi feita uma avaliação de risco da operação e foram estipuladas medidas de controle eficazes para eliminar ou reduzir os riscos.
- Se disponibilizam, em caso de necessidade, e se usam corretamente os equipamentos de proteção individual específicos para cada ocasião.
- Há espaço suficiente em torno do objeto para manobrar facilmente e o caminho está livre. Você presta atenção por onde passa quando transporta uma carga.
- A carga foi comprovada e está corretamente armazenada, sem bordas afiadas ou perigo de cair

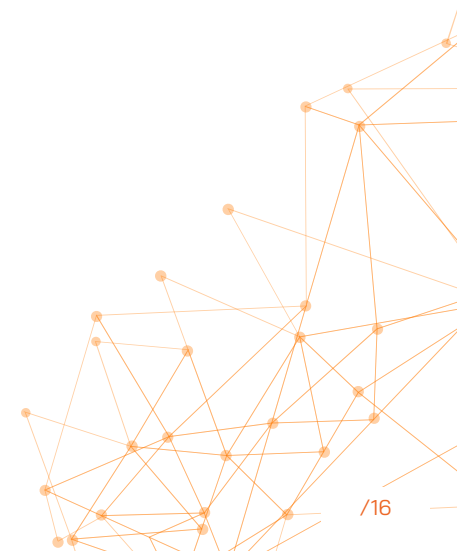


## Manipulação manual de cargas: Lista de verificações prévias ao trabalho

### Você verificou os seguintes aspectos?

S / N

- Você avaliou a necessidade de manipulação manual da carga?
- Você conhece as técnicas de elevação corretas?
- Você já realizou uma avaliação dos riscos relativa ao trabalho?
- Você tem equipamento de proteção individual adequado para a operação?



## 03

CONDUÇÃO  
SEGURA

**Você pode dirigir apenas se (exceto ensaios de condução ou condução em pistas de teste):**

- Você pode verificar se o veículo foi inspecionado regularmente e a manutenção foi realizada por pessoal competente.
- O veículo é apropriado para cumprir a tarefa e atende às condições de condução locais.
- Você deve avaliar a adequação e segurança do veículo antes de iniciar qualquer viagem

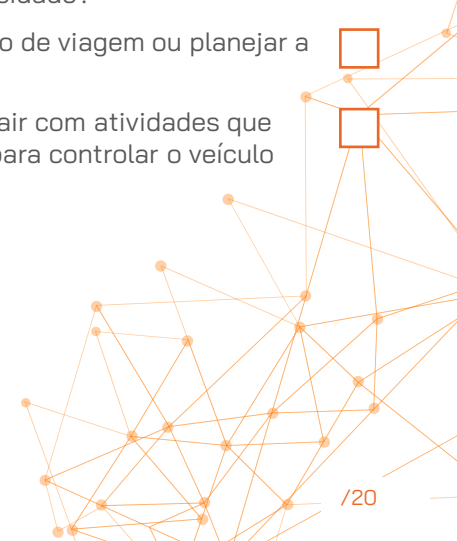
03 CONDUÇÃO  
SEGURA

- Apresenta as licenças apropriadas, está treinado e cumpre os requisitos médicos para dirigir o tipo de veículo utilizado de acordo com as condições de condução locais.
- Você não está sob a influência de álcool ou drogas, apresenta bom estado de saúde para dirigir, conhece e respeita as regras de trânsito e limites de velocidade local.
- O número de passageiros não excede as especificações do veículo e o veículo está dotado com cintos de segurança de 3 pontos utilizados por todos os ocupantes. Devem ser evitados cintos de 2 pontos, que estão defasados.
- As cargas estão protegidas e não sobrepõem as especificações do veículo. Passageiros e cargas não podem ser transportadas no mesmo compartimento.
- Há um plano de viagem ou rota planejada antes de realizar a viagem.
- Durante a condução não se deve distrair com atividades que possam limitar sua capacidade de controlar o veículo. Você deve segurar sempre o volante com as duas mãos. Lembre-se que em alguns países ou áreas de negócio, poderá ser proibido o uso de celulares com viva voz. Você deve ter certeza de que conhece as regras e respeitá-las.



## Condução segura: lista de verificações prévias ao trabalho

Você verificou os seguintes aspectos?	S / N
▪ É possível comprovar que o veículo foi inspecionado regularmente e sua manutenção realizada?	<input type="checkbox"/>
▪ O veículo foi considerado adequado de acordo com as condições de condução locais?	<input type="checkbox"/>
▪ Você tem as licenças pertinentes para dirigir o veículo e, se for o caso, você foi treinado para usar o veículo em condições de condução locais?	<input type="checkbox"/>
▪ Você está bem para dirigir, não consumiu álcool e / ou drogas e não está cansado?	<input type="checkbox"/>
▪ O veículo dispõe de cintos de segurança de 3 pontos e são utilizados por cada um dos passageiros?	<input type="checkbox"/>
▪ Todas as cargas estão protegidas e não sobrepõem as especificações do fabricante ou os limites legais do veículo?	<input type="checkbox"/>
▪ Você conhece as regras de trânsito locais e sabe que deve respeitar os limites de velocidade?	<input type="checkbox"/>
▪ É necessário considerar um plano de viagem ou planejar a sua rota?	<input type="checkbox"/>
▪ Você sabe que não deve se distrair com atividades que possam limitar sua capacidade para controlar o veículo	<input type="checkbox"/>



# 04

## VIAGEM COM SEGURANÇA



Os riscos e perigos em viagens normalmente dependem do destino, do volume da informação, da preparação antes da saída, do seu estado de saúde e o grau de importância que você dá para os que possam causar dano. Portanto, para viajar com segurança somente prosseguir se

→ Você avaliou as opções para evitar a necessidade de viajar

# 04 VIAGEM COM SEGURANÇA



- Você já fez uma avaliação de riscos potenciais que poderiam afetar a sua saúde e segurança no local de destino.
- Você fez treinamento online caso o risco do país é alto ou extremo (de acordo com os índices ISOS).
- Você já se certificou que sua documentação (passaporte, RG, etc.) é válida e que o seu calendário de vacinação está atualizado.
- Você já obteve e verificou as informações atualizadas relativas a questões de segurança e saúde no destino.
- Quando viaja a países de alto risco ou extremo, você conta com um plano de segurança para a viagem que contém informações detalhadas e claras sobre o destino, o que inclui um plano de resposta a emergências.
- Você deve conhecer esse plano de segurança (quando necessário) e saber como obter ajuda.



## Viagem com segurança: Lista de verificações prévias ao trabalho

### Você verificou os seguintes aspectos?

S / N

- Foi analisada a necessidade de viajar?
- Você realizou uma avaliação de riscos no tocante aos riscos médicos e de segurança no local de destino?
- Se o seu destino é um país de alto risco ou extremo, você já fez o treinamento?
- Sua documentação (RG, passaporte, etc.) está dentro da validade e seu calendário de vacinação atualizado?
- Você obteve e comprovou as informações atualizadas do seu destino?
- Se você tiver de viajar para países de alto risco ou extremo, conta com um plano de segurança para a viagem e o conhece bem?
- Você sabe como pedir ajuda em caso de emergência?

# 05

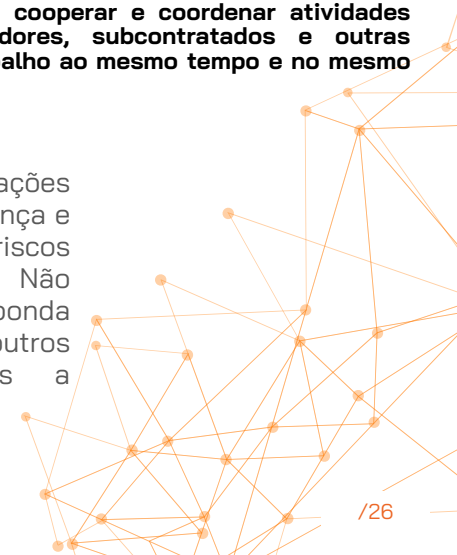
## COORDENAÇÃO DAS ATIVIDADES



**Certifique-se, na medida do possível, cooperar e coordenar atividades com funcionários, clientes, fornecedores, subcontratados e outras pessoas que compartilham o mesmo trabalho ao mesmo tempo e no mesmo lugar. Portanto, para consegui-lo:**

- Compartilhe as informações necessárias para fins de segurança e salubridade (por exemplo, riscos associados à sua atividade). Não dificulte as comunicações e responda às solicitações cabíveis de outros responsáveis para ajudá-los a cumprir com suas obrigações.

# 05 COORDENAÇÃO DAS ATIVIDADES

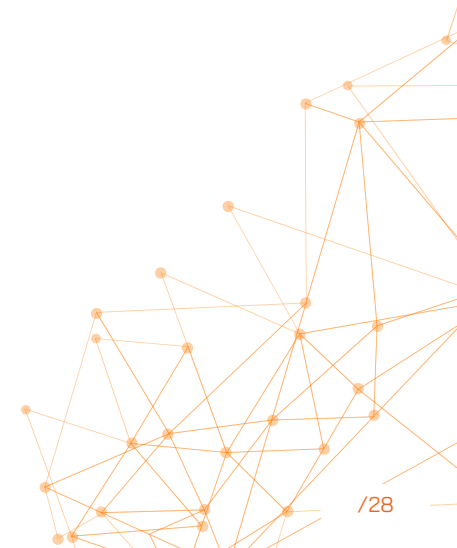


- Identifica quem tem o controle ou influência sobre o trabalho ou do entorno em que o trabalho é realizado.
- Certifique -se que não hajam atividades incompatíveis que coincidam e determine se as atividades dos outros podem introduzir ou aumentar os riscos. Em caso afirmativo, implante os controles necessários.
- Identifique quando e como implementar cada medida de controle, verifique se as medidas de controle se complementam e se são eficazes.
- Certifique -se de que todos os participantes da atividade, e aqueles que possam ser afetados por ela, conheçam e compreendam como, quando e onde a atividade deve ser exercida, quais substâncias ou equipamentos podem ser usados e quais controles ativados.
- Se as circunstâncias ou condições variarem de forma imprevista, o trabalho deve ser interrompido, deve -se revisar a situação e realizar uma comunicação ou coordenação adicional antes de reiniciar o trabalho.



## Coordination activities at work: Lista de verificações prévias ao trabalho

Você verificou os seguintes aspectos?	S / N
▪ Você recebeu informações sobre segurança e salubridade relacionadas às atividades do seu trabalho?	<input type="checkbox"/>
▪ Você identificou o os riscos avaliados, tendo em conta outros trabalhos realizados na mesma área?	<input type="checkbox"/>
▪ Você tem certeza que não há atividades incompatíveis?	<input type="checkbox"/>
▪ As medidas de controle foram definidas? São complementárias? Foram implementadas? E sua eficácia foi comprovada?	<input type="checkbox"/>
▪ Você se informou sobre os riscos em relação às outras atividades antes do trabalho, envolvendo todos os participantes e sobre a comunicação entre eles ao longo da atividade?	<input type="checkbox"/>



# 06

## ESPAÇOS CONFINADOS



**Só poderão entrar em espaços confinados, se:**

- As opções foram previamente avaliadas para eliminar a necessidade de entrar em um espaço confinado.
- Feita a avaliação de riscos do espaço confinado, conta com um plano de resposta de emergência e dispõe das permissões necessárias para entrar.
- As pessoas em questão foram treinadas e estão capacitadas para realizar o trabalho no espaço confinado

# 06 ESPAÇOS CONFINADOS

- A normativa para o acesso foi comunicada a todas as pessoas envolvidas ou afetadas pela atividade, e foi devidamente compreendida.
- Todas as fontes de energia e fluidos que afetam o espaço confinado estão isolados e fechados.
- Os equipamentos de trabalho foram permitidos para serem usados no espaço confinado.
- A atmosfera foi comprovada e verificada e os testes são repetidos com a frequência especificada na normativa.
- Há sempre uma pessoa supervisionando o trabalho do lado de fora do espaço confinado para dar o alarme. Essa pessoa não deve entrar no espaço confinado.
- Foram tomadas medidas para impedir o acesso ao espaço confinado de pessoas não autorizadas.

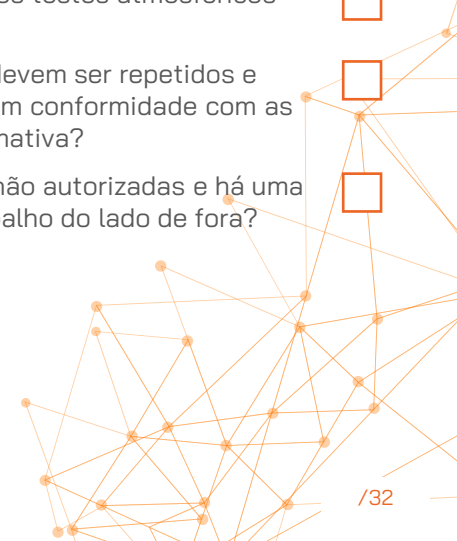


## Espaços confinados: Lista de verificações prévias ao trabalho

### Você verificou os seguintes aspectos?

S / N

- Foi feita uma avaliação para determinar a entrada no espaço confinado?
- Há uma permissão de acesso válida para a o espaço confinado? Foi feita a avaliação de riscos e há um plano de resgate?
- Todos os envolvidos na atividade foram treinados e estão capacitados para executar o trabalho no espaço confinado?
- A normativa da permissão foi comunicada e compreendida por todos os envolvidos?
- Os controles e isolamentos pertinentes foram implementados e verificados?
- O equipamento que será usado para executar o trabalho pode ser usado em espaços confinados, e este equipamento está identificado na permissão?
- Foram concluídos e verificados os testes atmosféricos iniciais?
- As partes sabem que os testes devem ser repetidos e verificados durante a atividade em conformidade com as condições especificadas na normativa?
- É restrita a entrada de pessoas não autorizadas e há uma pessoa para supervisionar o trabalho do lado de fora?



# 07

## SUSTÂNCIAS PERIGOSAS

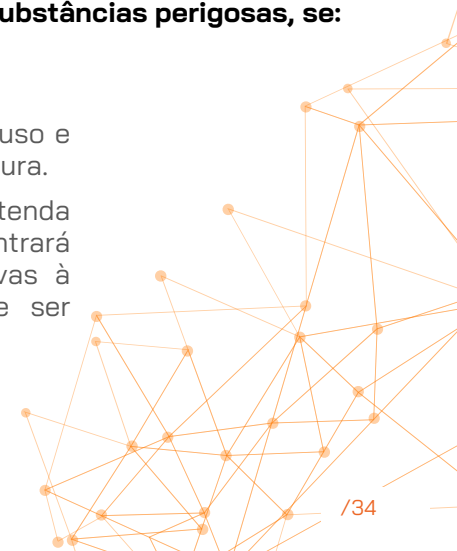


**Somente se pode trabalhar com substâncias perigosas, se:**

- Não foi possível eliminar o seu uso e não há uma alternativa mais segura.
- Sempre tenha por perto, leia, entenda e siga as instruções que encontrará na ficha de emergência relativas à substância perigosa que deve ser manipulada.

# 07

## SUSTÂNCIAS PERIGOSAS



- Foi realizada a avaliação de riscos e foram implementados controles eficazes para garantir a segurança e a saúde de todos os possíveis envolvidos.
- Os equipamentos de proteção individual são adequados para realizar a operação, estão em boas condições e são usados corretamente.
- O procedimento para manipulação e descarte de produtos químicos ou substâncias perigosas é realizado. Lavar as mãos após a utilização ou manipulação de uma substância perigosa e antes de comer.
- Um plano de emergência foi implementado (em caso de derrame) e fornece os equipamentos e serviços de primeiros socorros no local de trabalho.
- Há um procedimento estabelecido e meios à disposição para a gestão adequada dos resíduos. Substâncias perigosas Lista de verificações prévias ao trabalho



## Sustâncias perigosas: Lista de verificações prévias ao trabalho

Você verificou os seguintes aspectos?	S / N
▪ Houve a tentativa de substituir a substância perigosa por outra mais segura?	<input type="checkbox"/>
▪ Você tem por perto, leu e compreendeu as instruções fornecidas na ficha de emergência?	<input type="checkbox"/>
▪ Foi realizada a avaliação de riscos e foram implantados controles eficazes para manipular a substância?	<input type="checkbox"/>
▪ Você usa o equipamento de proteção pessoal adequado e está em boas condições?	<input type="checkbox"/>
▪ Você segue o procedimento autorizado para manipulação e descarte de produtos químicos ou substâncias perigosas?	<input type="checkbox"/>
▪ Existem medidas de emergência e serviços de primeiros socorros?	<input type="checkbox"/>
▪ Foi implementado um plano de ação / emergência em caso de vazamento ou derrame e existem meios adequados de resposta?	<input type="checkbox"/>
▪ Existem procedimentos e meios para a gestão adequada dos resíduos	<input type="checkbox"/>

# 08

## RADIAÇÕES IONIZANTES



**Somente se realizarão atividades envolvendo o uso de radiação ionizante, se:**

- Foi realizada a avaliação de riscos da atividade e foram implementados controles eficazes para garantir a segurança do trabalho ao manter as doses mínimas possíveis de radiação.
- Os empregados têm uma licença vigente e/ou treinamento para operar de acordo com a jurisdição pertinente

# 08 RADIAÇÕES IONIZANTES

- O equipamento tem um registro para ser usado em uma determinada jurisdição.
- Todo o equipamento foi revisado e considerado em boas condições antes de usar e, se for o caso, as calibrações dos equipamento devem ser revisadas.
- Qualquer equipamento danificado ou defeituoso é removido do serviço e se comunica a situação à empresa.
- Todo o equipamento de segurança (medidores de radiação, barreiras, sinalização, etc.) está disponível e em boas condições.
- A equipe trabalha em conformidade com os requisitos da legislação local, normas e procedimentos da empresa e necessidades específicas locais .
- O pessoal notificará imediatamente qualquer perda de controle ou incidente em que pessoas foram ou são suspeitas de ter sido expostas a radiações ionizantes.
- Um plano de emergência foi implementado e tem equipamentos de resposta adequada. Os funcionários conhecem as funções e os dados de contato do pessoal de emergência.
- Se garante de forma aceitável e permanente a segurança das fontes radioativas.



## Radiações ionizantes: Lista de verificações prévias ao trabalho

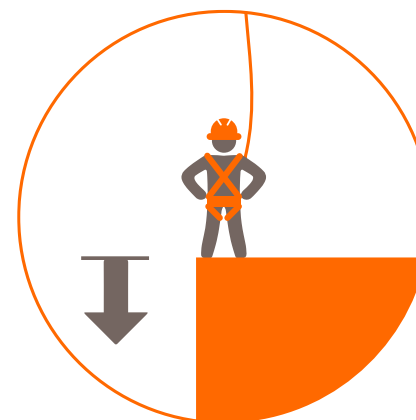
### Você verificou os seguintes aspectos?

S / N

- Os operadores têm uma licença local válida e foram devidamente treinados para usar o equipamento de radiologia?
- O equipamento a ser usado está registrado por uma autoridade local?
- TODO o equipamento foi comprovado antes da sua utilização e foi considerado apto para uso?
- O operador está ciente da necessidade de remover imediatamente qualquer equipamento defeituoso e comunicar esta situação à empresa?
- Todo o equipamento de segurança e controle está disponível para ser usado e, se necessário, calibrado corretamente?
- Foram concluídas as verificações das baterias dos equipamentos de medição e o controle de exposição corresponde?
- O tempo, a distância e o revestimento foram analisados para estar em conformidade com o princípio ALARA ao manter a radiação com o menor índice possível?
- O equipamento selecionado é o correto para o trabalho (tipo de dispositivo, fonte de alimentação, etc.)?
- Os operadores conhecem as normas da empresa e as regulamentações locais?
- A fonte de radioatividade é segura enquanto está desligada?
- Foi realizada a avaliação de riscos da operação e foram implementados controles eficazes para garantir a segurança do trabalho?
- Foi implementado algum plano de emergência e temos à disposição o equipamento de resposta adequado?

# 09

## TRABALHOS EM ALTURA

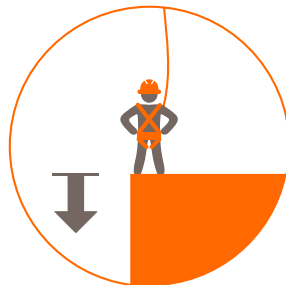


**Trabalhos em altura somente serão realizados se:**

- As opções foram avaliadas previamente para eliminar a necessidade de trabalhar em altura.
- O pessoal está devidamente treinado e está capacitado para executar a atividade, incluindo o uso de equipamentos de proteção individual e de sistemas antiqueda.

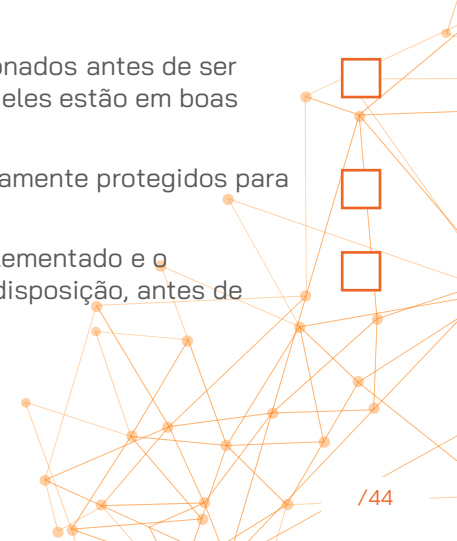
# 09 TRABALHOS EM ALTURA

- Plataformas, andaimes e outras estruturas temporárias foram construídas e verificadas apenas por pessoal autorizado e competente.
- As plataformas móveis de elevação para pessoas (plataformas de tesoura, articuladas, telescópicas, etc.) foram inspecionadas antes do uso e são operadas por pessoal devidamente autorizado e competente.
- Todo o equipamento utilizado está em boas condições para a finalidade desejada e qualquer equipamento danificado ou defeituoso será removido.
- Todas as ferramentas e equipamentos utilizados devem ser preparados para evitar queda de objetos que possam causar danos a outras pessoas que estão abaixo da área de trabalho.
- Em caso de risco de queda em piso diferente, se implantaria medidas de proteção ant queda ou outras medidas de proteção de acordo com as conclusões da avaliação de riscos.
- Há um plano de emergência (incluindo o resgate de altura) que pode ser ativado se necessário



## Trabalhos em altura: Lista de verificações prévias ao trabalho

Você verificou os seguintes aspectos?	S / N
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Foi avaliada a possibilidade de que esse elemento a ser trabalhado pode ser desmontado e levado até o solo, reduzindo os riscos?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se o trabalho não pode ser concluído no solo, uma plataforma fixa ou móvel poderia ser usada (com sistemas de proteção ou trilhos) para acessá -lo?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ O sistema ant queda dispõe de todos os requisitos obrigatórios?                             <ul style="list-style-type: none"> <li>– Um ponto de ancoragem capaz de suportar a força necessária para uma única pessoa.</li> <li>– Um arnês ant queda de corpo inteiro durante o período de atividades / inspeção.</li> <li>– Uma corda de amarração que incorpora um absorvedor de energia.</li> </ul> </li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Todos os envolvidos na atividade foram treinados no uso dos equipamentos de proteção individual e sistema ant quedas?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Os equipamentos foram inspecionados antes de ser utilizados e foi determinado que eles estão em boas condições?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Todos os elementos estão devidamente protegidos para evitar a queda de objetos?</li> </ul>	<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Um plano de emergência foi implementado e o equipamento necessário está a disposição, antes de iniciar a atividade</li> </ul>	<input type="checkbox"/>



# 10

## TRABALHOS EM ESCAVAÇÕES E VALAS



**Somente serão realizados trabalhos em escavações e valas, se:**

- Foi autorizado o acesso à escavação, canal ou vala antes do início do trabalho.
- As valas terão sistemas de proteção adequados incluindo os sistemas de escoramento, escalonado ou de pendentes para proteger os trabalhadores contra deslizamentos de terra.
- A escavação ou vala deverá ser inspecionada por uma pessoa capacitada, usando métodos fiáveis de inspeção e testes.

# 10

## TRABALHOS EM ESCAVAÇÕES E VALAS

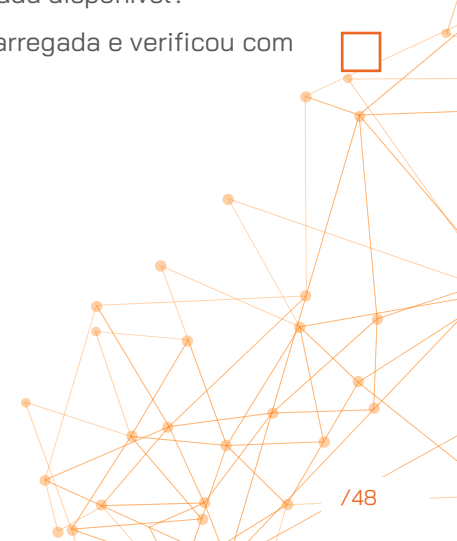


- Há um plano de emergência e a avaliação de riscos foi realizada.
- Existem entradas e saídas seguras e sem entraves independente da posição da escavação ou vala.
- Deve haver pelo menos dois pontos de acesso e de saída.
- A escada deve ser extensível para alcançar (pelo menos 3 metros) acima da parte superior da escavação.
- Equipamentos pesados devem ser colocados a uma distância segura em relação à beira da escavação.
- Há sempre uma pessoa que supervisiona o trabalho do lado de fora da vala, para iniciar um plano de resposta de emergência. Esta pessoa não deve entrar na escavação



## Trabalhos em escavações e valas: Lista de verificações prévias ao trabalho

Você verificou os seguintes aspectos?	S / N
▪ A escavação foi construída corretamente e seu uso foi autorizado?	<input type="checkbox"/>
▪ Foi feita uma avaliação de riscos sobre a atividade e controles eficazes foram implantados para garantir a segurança do trabalho?	<input type="checkbox"/>
▪ É possível entrar e sair da escavação de uma forma segura e sem nenhuma obstrução no local do trabalho?	<input type="checkbox"/>
▪ As normativa da permissão foi comunicada e compreendida por todos os envolvidos?	<input type="checkbox"/>
▪ Há alguma pessoa disponível para permanecer fora da escavação e iniciar ações de resposta de emergência, se necessário?	<input type="checkbox"/>
▪ Foram tomadas medidas para evitar queda de objetos e materiais dentro da escavação?	<input type="checkbox"/>
▪ Foi implementado um plano de emergência e existe um equipamento de resposta adequada disponível?	<input type="checkbox"/>
▪ Você sabe quem é a pessoa encarregada e verificou com ela se é seguro entrar?	<input type="checkbox"/>



# 11

## CONSIGNAÇÃO, ISOLAMENTO DE EQUIPAMENTOS E INSTALAÇÕES



**Sempre siga o procedimento de consignação e isolamento do centro. Somente se realizarão trabalhos que exijam a consignação e o isolamento de instalações e equipamentos se:**

- Foram identificadas todas as fontes de energia, incluindo as elétricas, mecânicas, potenciais (p. ex. a gravidade), cinéticas, etc.

# 11

## CONSIGNAÇÃO, ISOLAMENTO DE EQUIPAMENTOS E INSTALAÇÕES



## Consignação, isolamento de equipamentos e instalações:

### Lista de verificações prévias ao trabalho

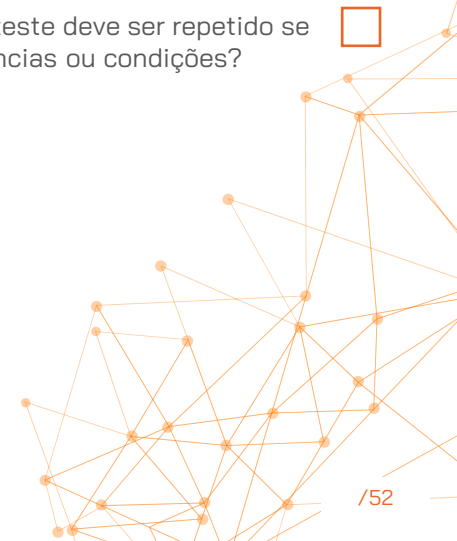
- Estão previstas medidas de isolamento e decapagem e se avaliou o risco do método de remoção/restauração da energia armazenada e/ou materiais perigosos, sempre aprovadas por uma pessoa capacitada.
- Uma pessoa capacitada e autorizada concluiu todas as etapas de isolamento / decapagem.
- Todos os pontos de isolamento foram claramente identificados, testados, etiquetados e/ou bloqueados e controlados para evitar ativações ou movimentos involuntários, a área de trabalho também foi sinalizada e delimitada.
- O isolamento foi testado antes de iniciar o trabalho e sua eficácia foi comprovada.
- Pelo menos duas pessoas estão presentes quando se trabalha perto de condutores expostos e essas pessoas cumprem com os requisitos específicos do país/centro de formação e/ou outras qualificações exigidas.
- Certifique -se que em caso de alteração inesperada de circunstâncias ou condições, o isolamento/ a decapagem devem ser totalmente reativados.



#### Você verificou os seguintes aspectos?

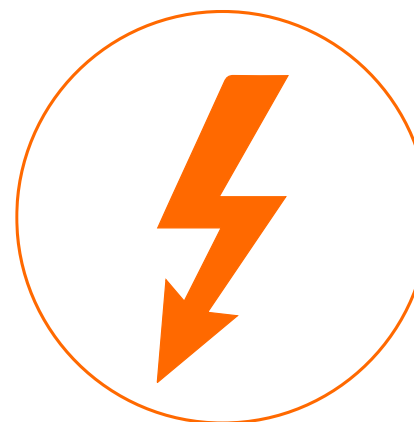
S / N

- Você identificou todas as fontes de energia?
- Existe um plano para ativar as etapas de isolamento e decapagem autorizado por uma pessoa capacitada?
- Uma avaliação de riscos foi realizada e todos os possíveis materiais perigosos foram identificados?
- Uma pessoa competente e autorizada concluiu o isolamento/ decapagem?
- Foram os pontos de isolamento claramente identificados, etiquetados e/ou bloqueados e controlados com um sistema adequado?
- A área de trabalho foi delimitada e sinalizada ?
- Os pontos de isolamento foram testados e sua eficácia foi comprovada?
- Existem pelo menos duas pessoas presentes ao trabalhar perto de condutores expostos?
- O grupo de trabalho sabe que o teste deve ser repetido se houver alterações nas circunstâncias ou condições?



# 12

## RISCO ELÉTRICO



**O trabalho envolvendo exposição ao risco elétrico só deve ser realizado se:**

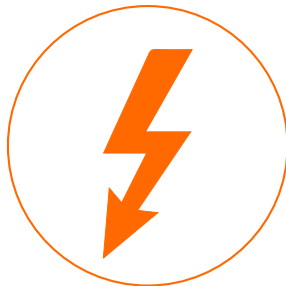
- Os riscos forem avaliados, os potenciais perigos elétricos identificados, medidas de controle implementadas para mitigar os riscos e procedimentos de emergência e evacuação estiverem definidos.
- O trabalho for conduzido seguindo práticas e procedimentos seguros para trabalhar com eletricidade, e todas as regulamentações e padrões de segurança elétrica locais e globais forem atendidos.



# 12

## RISCO ELÉTRICO

- Todas as autorizações e permissões necessárias forem obtidas antes de iniciar o trabalho nos sistemas elétricos.
- Houver supervisão competente presente e comunicação clara entre os membros da equipe e com outros trabalhadores presentes na área.
- Nenhum trabalho será realizado fora do escopo das tarefas atribuídas ao cargo e não incluído em uma ordem de serviço.
- O pessoal estiver treinado e qualificado, familiarizado com sistemas elétricos, equipamentos e procedimentos de segurança, e souber como responder a emergências elétricas como choques ou incêndios.
- Sempre que possível, evitar trabalhar em sistemas elétricos energizados
- O equipamento foi desenergizado antes de realizar o trabalho de acordo com os procedimentos de bloqueio e etiquetagem, e a ausência de tensão foi verificada efetivamente antes de iniciar o trabalho.
- Ao trabalhar em sistemas elétricos energizados, procedimentos de trabalho seguros específicos deverão sempre estar em vigor e atualizados, e o trabalho nunca deverá ser realizado isoladamente. Em áreas de difícil acesso (por exemplo, espaços confinados) ou sem comunicação, pelo menos dois trabalhadores devem estar presentes durante a operação. Comunicação efetiva e visual durante toda execução das tarefas.
- O equipamento e ferramentas são adequados para a tarefa, inspecionados regularmente e calibrados, se for necessário, para garantir que estejam em boas condições e substituídos ou reparados se ocorrer algum dano. Sempre retirar os equipamentos danificados e indentificá-lo para evitar que o mesmo seja utilizado.
- O pessoal utiliza equipamentos de proteção individual apropriados, como luvas isoladas, óculos de segurança, roupas resistentes a chamas e outros equipamentos específicos para trabalhos elétricos quando necessário.



## Risco elétrico: Lista de verificações prévias ao trabalho

Você verificou os seguintes aspectos?	S / N
▪ A avaliação de risco foi conduzida e medidas de controle implementadas?	<input type="checkbox"/>
▪ Você possui um procedimento de emergência, e os trabalhadores estão treinados em primeiros socorros e sabem como agir em caso de acidente elétrico?	<input type="checkbox"/>
▪ Você possui procedimentos de trabalho seguros, e garante a conformidade com as regulamentações de segurança elétrica?	<input type="checkbox"/>
▪ Antes de trabalhar em um sistema elétrico, você possui...?	<input type="checkbox"/>
– As autorizações e permissões necessárias	
– Um supervisor competente	
– Sistema de comunicação com a equipe ou terceiros presentes na área de trabalho.	
▪ O trabalho não envolve a realização de tarefas além do escopo do cargo/função definidos para o colaborador e não incluídas em uma ordem de serviço.	<input type="checkbox"/>
▪ Todos os trabalhadores envolvidos no trabalho estão treinados e qualificados para realizar trabalhos elétricos?	<input type="checkbox"/>
▪ Antes de trabalhar em sistemas energizados, foi considerada a possibilidade de trabalhar sem tensão e determinada como inviável?	<input type="checkbox"/>
▪ O equipamento/instalação foi desenergizado, e a ausência de tensão foi verificada efetivamente?	<input type="checkbox"/>
▪ Você possui procedimentos de trabalho seguros para trabalhar em sistemas energizados? As tarefas são realizadas em situação de "não isolamento"?	<input type="checkbox"/>
▪ O equipamento a ser utilizado foi inspecionado e determinado como estando em boas condições?	<input type="checkbox"/>
▪ Você utiliza equipamento de proteção individual apropriado para risco elétrico, e está em boas condições?	<input type="checkbox"/>

# Rules

---

01



APTO PARA TRABALHAR

---

02



MANIPULAÇÃO  
MANUAL DE CARGAS

---

07



SUSTÂNCIAS  
PERIGOSAS

---

08



RADIAÇÕES  
IONIZANTES

---

03



CONDUÇÃO SEGURA

---

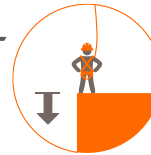
04



VIAGEM COM  
SEGURANÇA

---

09



TRABALHOS EM  
ALTURA

---

10



TRABALHOS EM  
ESCAVAÇÕES E VALAS

---

05



COORDENAÇÃO DAS  
ATIVIDADES

---

06



ESPAÇOS  
CONFINADOS

---

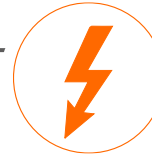
11



CONSIGNAÇÃO, ISOLAMENTO DE  
EQUIPAMENTOS E INSTALAÇÕES

---

12



RISCO ELÉTRICO

---