Setronix desde 1966

MARÇO
2027
2.ª QUINZENA | PREVENÇÃO



ANTES DE INICIAR
COMBINE AS MEDIDAS

Uma breve preparação ajuda a equipa a trabalhar com o mesmo plano.

1. Perigos e riscos

Perigos: Condições não avaliadas e tarefas que interferem entre si.

Riscos: Quedas, impactos, contactos perigosos e falhas na resposta.

2. Antes de começar

- Confirme tarefa, local e pessoas envolvidas.
- Reveja os riscos e as medidas aplicáveis.
- Verifique meios, competências e emergência.

3. Pare e comunique

- A tarefa mudou ou surgiu um perigo novo.
- Medida essencial em falta ou instrução pouco clara.
- Dúvida sobre quem atua ou como pedir ajuda.

4. Como atuar: quatro passos para prevenir

1



Defina
Explique a tarefa e a sequência.

2



Observe
Confirme as condições no local.

3



Combine
Distribua ações e comunicações.

4



Reavalie
Pare se as condições mudarem.

5. Escolha a medida adequada à situação

Situação	Medida preventiva
Local de trabalho	Observe acessos, terceiros e condições ambientais.
Interferências	Coordene tarefas simultâneas e zonas de exclusão.
Equipamentos / EPI	Confirme estado, adequação e utilizadores preparados.
Emergência	Defina como alertar e como chegar a local seguro.

Boas práticas: Uma conversa de preparação não substitui a avaliação de riscos nem os procedimentos aplicáveis. Uma alteração relevante exige nova confirmação das condições.

6. AÇÃO DA QUINZENA Antes da próxima tarefa, reúna a equipa e confirme o principal perigo, a medida preventiva e o critério para parar.

DEFINA • OBSERVE • COMBINE • REAVALIE

DR: Lei 102/2009 DR: DL 273/2003