suva



10 regras vitais para a construção de vias de comunicação e subterrânea

A vida e a saúde das pessoas têm prioridade absoluta

Para os colaboradores e os chefes, isso significa:

Cumprimos rigorosamente as **regras de segurança**. A segurança no trabalho é uma tarefa de todos.

As instruções e os **controlos de segurança** são componentes importantes do nosso trabalho. Em caso de dúvidas, perguntamos.

Se existir perigo para a vida e saúde, **dizemos ALTO!** Nesses casos, todos têm o direito e o dever de interromper o trabalho.

Eliminamos imediatamente as falhas de segurança. Se isso não for possível, comunicamo-las ao chefe e avisamos os/as colegas de trabalho. Prosseguimos com o trabalho quando as falhas estiverem eliminadas.

Estas regras estão de acordo com a «Carta de segurança» para o setor da construção. Com esta carta, as associações patronais, os projetistas e os sindicados empenham-se para que as regras de segurança sejam respeitadas nas obras.
www.sicherheits-charta.ch

CHARTA

Suportado por Suva

STOP EM CASO DE PERIGO / ELIMINAR O PERIGO / RETOMAR O TRABALHO

Muito mais do que simples regras — dez salva-vidas

Para podermos regressar a casa sãos e salvos no fim do dia.

1. Planear cuidadosamente os trabalhos.
2. Proteger do trânsito.
3. Ver e ser visto.
4. Manter o contacto visual.
5. Operar as máquinas de forma segura.
6. Deslocar as cargas corretamente.
7. Proteger zonas com risco de queda.
8. Construir acessos seguros.
9. Escorar valas e escavações.
10. Usar equipamento de proteção individual.



1 Planeamos os trabalhos cuidadosamente.

Para colaboradores
Informo-me, junto do meu chefe, sobre os perigos vindos do meio exterior, sobre as condutas e sobre as disposições dos declives nas valas e escavações.

Para chefes
Encarrego-me de que todos os perigos sejam suficientemente esclarecidos e que as condutas relevantes no chão sejam marcadas. Verifico se todas as bases necessárias estão presentes.



2 Protegemo-nos contra os perigos do trânsito.

Para colaboradores
Elimino imediatamente as deficiências de sinalização e de vedação ou comunico-as ao meu chefe.

Para chefes
Em concertação com as autoridades locais, encarrego-me de que a obra esteja sinalizada e vedada adequadamente. Verifico se o trânsito rodoviário não entra realmente na área de trabalho.



3 Ver e ser visto.

Para colaboradores
Uso roupa de alta visibilidade e o meu comportamento é de modo a que me vejam.

Para chefes
Encarrego-me de disponibilizar a roupa de alta visibilidade necessária e a iluminação suficiente.



4 Mantemos contacto visual com a pessoa que opera a máquina de construção.

Para colaboradores
Evito a área de perigo das máquinas de construção. Se tiver de entrar, apenas com contacto visual e sinal de mão.

Para chefes
Dou instruções aos meus colaboradores sobre o comportamento correto na área das máquinas de construção. Não tolero comportamentos incorretos.



5 Operamos corretamente as máquinas.

Para colaboradores
Só opero máquinas para as quais recebi formação e instrução.

Para chefes
Só emprego colaboradores que receberam formação e instrução para operar a máquina.



6 Transportamos e deslocamos cargas de forma segura.

Para colaboradores
Só suspendo cargas nas máquinas de construção se tiver recebido formação e instrução a esse respeito. Evito a área de perigo das cargas e máquinas de construção.

Para chefes
Encarrego-me de disponibilizar meios de fixação adequados. Só mando fixar, transportar e deslocar cargas a colaboradores que receberam instrução.



7 Nós protegemos zonas com risco de queda para pessoas e veículos.

Para colaboradores
Nunca trabalho ou conduzo perto das zonas com risco de queda desprotegidas. Protejo-as imediatamente ou comunicou-as à chefia.

Para chefes
Planeio medidas contra o perigo de queda logo na preparação do trabalho. Tomo medidas de proteção contra isso e verifico-as regularmente



8 Construímos acessos seguros para todos os locais de trabalho.

Para colaboradores
Utilizo apenas acessos e locais de trabalho seguros.

Para chefes
Planeio acessos e vias de circulação seguros logo na preparação do trabalho. Mando construí-los atempadamente e asseguro que se mantenham seguros.



9 Protegemos valas e escavações.

Para colaboradores
Nunca entro em valas ou escavações que não estejam seguras.

Para chefes
Mando construir valas e escavações de acordo com os planos de execução. Mando protegê-las antes que possam ser acedidas.



10 Usamos o equipamento de proteção individual.

Para colaboradores
Levo comigo para o trabalho o equipamento de proteção necessário e uso-o durante o trabalho.

Para chefes
Esclareço qual o equipamento de proteção necessário e assegure que os colaboradores o recebam e usam. Eu próprio também o uso.

Está também disponível uma pasta de instruções sobre as dez regras desta brochura, que visa apoiar os chefes aquando da instrução dos colaboradores.
www.suva.ch/88820.pt

Suva
Caixa postal, 6002 Lucerna

Informações
Área da Construção
Tel. 058 411 12 12
kundendienst@suva.ch

Pedidos
www.suva.ch/84051.pt

Título
10 regras vitais para a construção de vias de comunicação e subterrânea

Impresso na Suíça
É permitida a reprodução, exceto para uso comercial, mediante indicação da fonte.
Primeira edição: maio de 2013
Edição revista: agosto de 2026

Número de publicação
84051.pt

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Funded by the FCOS
www.fcos.admin.ch