

Segurança nos Trabalhos em Altura e Resgate em acesso a coberturas e fachadas

(16 horas)



Objetivos Pedagógicos (Gerais e Específicos)

- Dotar os formandos com os conhecimentos básicos sobre segurança nos trabalhos em altura.
- Reconhecer as técnicas para progressões em altura com acesso a Coberturas e Fachadas em condições de Segurança
- Identificar os procedimentos para utilização e movimentação de escadas móveis; escadotes; andaimes
- Resgate em coberturas

Trabalhos em Altura

- Introdução/ Legislação aplicável
- Princípios gerais de Segurança no Trabalho
- Segurança;
 - fator de queda
 - força de choque
 - distância livre de queda
- Nós | Ancoragens | Amarrações
- Linhas de vida (verticais e horizontais)
- Trauma de suspensão
- Efeito Pêndulo
- Técnicas e procedimentos na progressão em altura

Equipamentos e inspeção

- Equipamentos de proteção individual (EPI) e Equipamentos de proteção coletiva (EPC)
- Inspeção e manutenção de EPI e EPC

Acesso Cobertura e Fachadas

- Trabalhos em altura acesso a coberturas e fachadas

Escadas móveis; escadotes; Andaimes

- Colocação, posicionamento e fixação da escada
- Utilização de escadas móveis, escadotes e andaimes (procedimentos de movimentação do trabalhador)

Resgate

- Resgate em coberturas; operações de resgate

Exercícios práticos (tempo estimado 8h00)

Ficha Descritiva

Segurança nos Trabalhos em Altura e Resgate em acesso a coberturas e fachadas



Rev. 31.07.2024

(16 horas)

Exercícios práticos	
<ul style="list-style-type: none">• Verificação de EPI/EPC• Equipar EPI• Realizar Nós de ancoragem• Progressão vertical com Longe Antiquedas• Progressão vertical com Antiquedas deslizante• Elaboração de linha de vida vertical• Elaboração de linha de vida horizontal	<ul style="list-style-type: none">• Progressão horizontal com linha de vida• Exercício de descida em linha de vida vertical (opcional)• Progressão em altura (acesso a coberturas e fachadas)• Colocação e posicionamento de escadas móveis, escadotes e andaimes• Técnica de resgate em coberturas

Forma de Organização da Formação: Presencial.

Metodologias de Formação

A metodologia da formação é predominantemente participativa e assenta na realização de situações práticas, análise de situações concretas, assim como na troca de experiências entre participante e o formador.

Os métodos a utilizar serão o expositivo, demonstrativo e participativo/ativo.

Metodologias de Avaliação das Aprendizagens

A avaliação da formação é realizada através de um teste e de exercícios práticos. São também considerados para avaliação os parâmetros relativos: assiduidade e pontualidade; interesse e empenho; participação e a capacidade de aplicar os conhecimentos adquiridos.

Recursos pedagógicos/Espaços e equipamentos

Material audiovisual e técnico a disponibilizar em cada ação: sala com mobiliário adequado; videoprojector; quadro e outros. A cada formando será entregue um Manual de apoio à formação.

222 456 974 | 210 868 855
Porto • Estarreja • Palmela • Sines • Castro Verde
www.cedros.pt - cedros@cedros.pt



Ficha Descritiva

Segurança nos Trabalhos em Altura e Resgate em acesso a coberturas e fachadas



Rev. 31.07.2024

(16 horas)

De acordo com as necessidades detetadas ao nível de recursos específicos a utilizar pelos formadores estas serão solicitadas pelo mesmo.

Público-alvo

Esta formação é dirigida a colaboradores da empresa que necessitem de noções básicas sobre Trabalhos em Altura

Duração Total do Curso: 16 horas

222 456 974 | 210 868 855
Porto • Estarreja • Palmela • Sines • Castro Verde
www.cedros.pt - cedros@cedros.pt

